SOME PAGES IN THE ORIGINAL CONTAIN FLAWS AND OTHER DEFECTS WHICH APPEAR ON THE FILM

నాగలింగారాధ్యులు, ముదిగొండ

ఆర్యధర్మప్రత్యక్షఫలబోధిని

తెనాలి, 1923

Record no. 243

Nāgaliṅgārādhyulu, Mudigoṇḍa

Āryadharmapratyakṣaphalabōdhini

Tenāli, 1923

Record no. 243

Bibliographic Record Target

నాగలింగారాధ్యులు, ముదిగొండ.

ఆర్యధర్మప్రత్యక్షఫలబోధిని / ఇయ్యది ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి చేత రచింపఁబడి ప్రకటింపఁబడినది.- తెనాలి : ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి, 1923.

5, 184, (2) p. ;17 cm.

Record no. 243

Nāgaliṅgārādhyulu, Mudigoṇḍa.

Āryadharmapratyakṣaphalabōdhini / iyyadi Mudigoṇḍa Nāgaliṅgaśāstri cēta racimpam̐baḍi prakaṭimpam̐baḍinadi.- Tenāli : Mudigoṇḍa Nāgaliṅgaśāstri, 1923.

5, 184, (2) p. ;17 cm.

Record no. 243

Bound with the Assistance of
Raja Ram Mohun Roy Library Foundation
Calcutta.

శ్రీ

శివాభ్యాంనమః

ఆర్యమత రహస్యబోధిని గ్రంథమాల. ౧-వ సంఖ్య.

ఆర్యధర్మప్రత్యక్షఫలబోధిని.

ఇయ్యది

తెనాలిపురివిరాజమానసంస్కృత
కలాశాలాసాహిత్యవ్యాకరణోపాధ్యాయుఁడు

ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రిచేత

రచింపఁబడి ప్రకటింపఁబడియె.

తెనాలి
శ్రీవిద్యాగణపతిముద్రాక్షరశాలయందు
ముద్రింపఁబడియె.

౧౯౨౩

 [వెల రు ౧—౦—౦

శ్రీ

శివాభ్యాంనమః

భూమిక

ఆర్యవర్యులారా,

వేదశాస్త్రవిహితము లగుధర్మములకు ననంత మగు నాముష్మికఫలము కలిగియుండుటెగాక యైహికఫలంబును గలదని సూత్రమతు లంగీకరించుచునె యున్నారు. అయినను నాముష్మికఫలముకంటె నైహికఫలము స్వల్పమైనందునను, తొల్లిటిజనులు పరలోకశ్రద్ధాళువు లగుటను, ధర్మముల కైహికఫలము కలదని నిరూపించుట పూర్వాచార్యుల కనవసర మయ్యెను. ఇప్పుడైననో పరలోకవిశ్వాసము విరళమైనందున నది యావశ్యకమని తోచెడిని,

మఱియు, పరలోకవిశ్వాసము మిక్కుటముగా నున్న కాలముననె ధర్మానుష్ఠానమునకు ప్రభునిర్బంధంబు నపేక్షితమై యుండినట్లు చరిత్రలవలన దెలిసెడిని, ఇప్పు డట్టిసాహాయ్యకంబు లేమిం జేసియు ధర్మమున కైహికఫలప్రదర్శన మత్యవసరముగాఁ గన్పట్టుచున్నది.

ధర్మమున కైహికఫలంబుం గలదనునెడ మహర్షులసమ్మతియు నున్నదనుటకు నొకనిదర్శనము గనుడు.

ఆచమనము మొదలుఁగొని కర్మానుష్ఠానము చేయునప్పు

డెల్ల 'అంతర్జ్ఞానుకరః' మోకాళ్లకులోపలనే చేతుల నిడికొని యుండవలయునని మహర్షు లందఱు వచించియున్నారు. అంతట నిట్టియాచారంబు ననుభవసిద్ధమై యున్నది. దీని క్షేమ ప్రయోజనమని యాలోచింప, నాడీదర్పణ మను వైద్యశాస్త్ర గ్రంథమున,

శ్లో॥ త్యక్తమూత్రపురీషస్య సుఖాసీనస్య రోగిణః।
అంతర్జ్ఞానుకరస్యాపి నాడీ సమ్యక్ప్రసీదతి॥

మలమూత్రోత్సర్జనము నొనరించి, మోకాళ్లలోపల చేతులనిడికొని సుఖాసీనుఁడై యున్నవానికి నాడి నిర్మలముగా నుండునని వచింపఁబడియున్నది. దీనింబట్టి మహర్షులును వైద్యరహస్యంబు మనంబున నిడికొనియె ధర్మముల విధించుచున్నారని తెలియుచున్నది.

దానింబట్టి, వైద్యశాస్త్రకర్తలును, ధర్మశాస్త్రకర్తలును జనులకు శరీరారోగ్యరూపఫలము లభింపఁజేయునెడ నేకాభిప్రాయులని తెల్లమగు. ఇం దింకొకవిశేషము కలదు. వైద్యశాస్త్రకర్తలు మిథ్యాహారవిహారములచే రోగగ్రస్తులైనవారి రోగముల నివర్తింపఁజేయు నుపాయంబుల వచించి యున్నారు. ధర్మశాస్త్రకర్త లైననో మిథ్యాహారవిహారములు లేకుండునట్లు తగునియమముల విధించి రోగంబులు రాకుండుటకే తగు నుపాయంబుల గనిపెట్టి యున్నారు. కావునన ధర్మములయై

హికఫలము సూక్ష్మదృష్టిగ్రాహ్య మగుచున్నది. రోగమువచ్చినమీఁద నౌషధముచే రోగము నివర్తింపగా నౌషధఫలము ప్రత్యక్షమైనట్లు రోగము రాకుండఁజేయుకర్మములయొక్క ఫలము ప్రత్యక్షము కానేరదుగదా?

ఇట్లు వీరుభయులు ప్రజలయారోగ్యమునెడ నేకాభిప్రాయు లగుటయెగాక, ఆముష్మికమునెడను నేకాభిప్రాయులే. ఎట్లనిన,

భక్తిజ్ఞానములకు కర్మము సాధన మని సర్వమతస్థులు నంగీకరించుచునే యున్నారు. శరీరారోగ్యము లేనిది భక్తినిగాని, జ్ఞానమునుగాని సాధింప వలనుపడదుగాన నారోగ్యవిధాయకము లగునౌషధంబులును, అట్టికర్మంబులును భక్తిజ్ఞానంబులకు సాధనంబు లయ్యెడిని. ఇట్లు ప్రజలు ఆరోగ్యలాభముద్వారా భక్తిజ్ఞానముల నొంది శాశ్వతసౌఖ్యము గాంచుటె శాస్త్రకర్తల మనోగత మగును. దీనింబట్టి ప్రజలయెడ మహర్షులకుం గలకారుణ్యము నెద్దానితోఁ బోల్పనగునో ఎఱుంగను.

ఒక్కరోగమును కుదిర్చినవైద్యుఁడు నూరురూప్యముల గ్రహించియు సంతసమొందఁడు. అట్టియెడ సకలరోగనివారకములై శాశ్వతసౌఖ్యసాధనము లగు శాస్త్రముల మన కొసంగిన మహర్షుల మహాఋణము నేమిట దీర్చుకొన నగును?

శరీరశోధకము లగుస్నానాదికర్మములెగాక చిత్తశోధకము లగుజపాదికర్మంబులును గొన్ని కలవు. కావున, కర్మములకు చిత్తశుద్ధిజనకత్వమును పూర్వాచార్యు లంగీకరించియున్నారు.

మఱియు, కర్మంబుల కదృష్టఫలంబుం గలిగియే యున్నది. అయినను నిందుదృష్టాంశమునకుమాత్రమే యారోగ్యరూపత్వము పేర్కొనఁబడియెగాన వీనిఫల మైహికము మాత్రమే యగునా యని యొరులు మాపైదండెత్తం బనిలేదు. ధర్మమున కైహికఫలంబుం గలదనుటకు, మహాభారతము, శాంతిపర్వమున,

శ్లో॥ యథా యథాహి సద్వృత్త మాచరన్తీతరే జనాః
తథా తథా సుఖం ప్రాప్య ప్రేత్యచేహచ మోదతే॥

జనులు సదాచారము నాచరించినకొలది యిహామునను పరమునను సుఖమొందుదురని చెప్పఁబడియున్నది. కాన నీయుద్యమము మహర్షిసమ్మతమే యగు.

ఇట్లు, ఆత్మనిశ్చయము, జన్మాన్తరనిర్ణయము, కర్మరహస్యము, ఈశ్వరానుమానము, విగ్రహారాధనము, పరలోకవివరణము, మొదలగునార్యమత పరమసిద్ధాంతములను శాస్త్రానుకూలము లగుయుక్తులచేతనె నిరూపించునార్యమతరహస్యబోధకము లగుగ్రంథములను క్రమముగా ప్రకటింపవలయునను కు

తూహలముచే, నార్యమతరహస్యబోధిని యనుగ్రంథమాలను నెలకొల్పి యిందీగ్రంథము ప్రథమముగాఁ బ్రకటింపంబడియె. హిందువులకే ఆర్యు లనుసంజ్ఞ గావున ఆర్యమతమన హిందూమత మనియే గ్రహింపవలయు.

కావున, మతాభిమానధను లగునార్యవర్యు లీగ్రంథమాలకు పోషకులుగను, చందాదారులుగను తోడ్పడి నిజమతప్రభావమును లోకమున వెలయింపఁజేసి తన్మూల మగుపరమేశ్వరానుగ్రహమునకు భాజనులై శాశ్వత మగుకీర్తిని, అనవధికము లగునిహపరసుఖములను గాంచుదురుగాక.

ఇట్లు,
ఆర్యజనతోషణైకకార్యుఁడు
ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి
సాహిత్యవ్యాకరణోపాధ్యాయుఁడు
సంస్కృతకలాశాల
తెనాలి.

శివాభ్యాంనమః

ఆర్యధర్మప్రత్యక్షఫలబోధిని.

నిత్యకాండము ఉషఃప్రకరణము.

క॥ ఉదధిగిరి కన్యకాంచిత ।
హృదయార్ధ శరీర మదనహితహాతినిరతా ।
ఉదధిగిరి రమ్యసౌధా ।
యమనిరతవిదితనిజబోధ హరిహరనాథా. ౧

గీ॥ ధర్మశాస్త్రములం గలధర్మములకు।
నైహికాముష్మికఫలద్వయంబుగలదు।
మునులచేఁ జెప్పఁబడుఁట నాముష్మికంబు।
ప్రకృతమయ్యె వచింప నైహికఫలంబు॥ ౨

సమస్త మగుధర్మశాస్త్రములయందును జెప్పంబడినధర్మముల కన్నింటికిని ఐహికము, ఆముష్మికము అనురెండుఫలంబులును గలవు. అందాముష్మిక మగుఫలము ధర్మశాస్త్రముల యందు స్పష్టముగఁ జెప్పఁబడి యున్నదియే. ఇందు ముఖ్యముగ నైహికఫలము నిర్దేశింపఁబడియెడి. అందు మొదటిదిగాన నుషఃకాలమునఁ జేయ నగుకర్మముల ప్రయోజనము నిరూపించుట ప్రకృతము.

నిదుర లేచుట

సూర్యుం డుదయించుటకు ముందు నైదు గడియలుగల కాలమునకు ఉషఃకాల మనిపేరు. ఆసమయమున దేవతలకు, పితరులకును సమాగమము గలిగెడికతన నపుడు నిదురింపఁగూడదని స్మృతులయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. రాత్రికిఁ బితరు లధిదేవతలు. పగటికి దేవత లధిదేవతలు. ఉషఃకాలము పగటికి రాత్రికిని సంధికాలము గావున నపుడు దేవతలకుఁ బితరులకును సమాగమము గలుగు. అపుడు నిద్రించునెడ దోషము సంభవించునని హేమాద్రిమొదలగువారిచేఁ బ్రాయశ్చిత్తము విధింపఁబడినది. అందునకుఁ బ్రయోజనము పిదఁప జెప్పంబడు. అపుడు నిద్రబోవకుండుటమాత్రమే కాదు. ఇఁక పరమేశ్వరుఁ బ్రార్థింపవలయు. పగలు జేయనగుకృత్యము నాలోచింపవలయు. బాహ్యమున కేగవలయు. ఇట్లు చేయునెడ గొప్పఫలము కలదని మునుల యభిప్రాయము. క్రమముగ వానిప్రయోజనము లేమనగాః కాలమును బట్టి కర్మములు విధింపఁబడినవి. అందుచేఁ గాలస్వభావము నెఱింగినఁగాని కర్మములయొక్క ప్రయోజనము తేటపడదు కావున నాకాలముయొక్క స్వభావము నిరూపింపఁబడుచున్నది. సూర్యుం డుదయించినవాఁడై తనకిరణములచే భూమిని తపింపఁజేయుచున్నాడు. ఆతాపము సూర్యుం డస్తమించువఱకు పరిపూర్తినొందును. పిదపఁజంద్రాది గ్రహముల కిరణములచేఁగ్రమముగ నాతాపము ఉషఃకాలము

దనుకఁ జల్లారుచుండును. సూర్యుం డుదయింపఁదొరగఁ దాపము గలుగు. అందువలన నుషఃకాలంబునఁ జల్లదనంబు పరిపూర్తి నొందెడిని. అప్పటిచల్లదనము పవలుగాని రాత్రిగాని యెప్పుడును సంభవింపదు. అందును నాల్గైదుగడియలలో నడుమ శైత్యమునకుఁ బరమావధియైన యేసూక్ష్మకాలము కలదో అదియే స్నానకాలమని చెప్పఁబడుచున్నది.

ఏలన, రాత్రియందు నింద్రియములకుఁ బ్రచారము మడఁగియుండ మనుజుఁడు నిద్రించును. అపుడు లోనినుండి వెడలు నిట్టూర్పులవలన ముక్కు, కనులు రోమకూపములు మున్నగు వానినుండి మలములు వెడలుచుండును. అవి రాత్రులయందు ద్రవరూపముననేయుండును. ఇట్లు కనులు మున్నగువానియందు మలములు స్పష్టముగాఁగానవచ్చుచునేయున్నవి. ద్రవముగానున్నయామలములు సూర్యకిరణసంబంధమువలన గట్టిపడగలదు. అట్లు గట్టిపడునెడ నాయాయింద్రియగోళములయందనేక రోగములు జనించును. అవి గట్టిపడుటకుముందు వానిని గడిగివైచునెడ నింద్రియగోళముల కేవిధమగు జబ్బును కలుగనేరదు. ఈకారణముననే 'ఉషసి దివాచ నిద్రా, ఉషసి మధ్యాహ్నేచ నిద్రా,' అని యుషఃకాలమునను పవలును నిద్రించుట నేత్రరోగోత్పత్తికి హేతువుగా నిరూపింపఁబడియున్నది. మఱియు నొక్కనిశయ్యపై వేఱొకఁడు పండుకొనఁగూడదనియు ఒక్కని వస్త్రమును వేఱొక్కఁడు ధరింపఁగూడదనియు నీకార

ణముననే యేర్పడినది, ఒకఁడు పండుకొనిన ప్రక్కయందు
గాని కట్టుకొనిన వస్త్రమందుగాని వాని మలములు చేరియుం
డుట నన్యునిమల సంబంధముచే గొప్పయనారోగ్యము కలుగు
నని యెంచి యిది నిషేధింపఁబడియె. కంటిజబ్బు గలవానికి నుష్ణా
తిశయమున కంటిపుసి గట్టిపడుటచే రెప్పలంటుకొనుటయు
నపుడు చల్లనినీరుచేఁగడిగివేయునెడ కనులు తెరపిడినొందుట
యు ననుభవసిద్ధము. ఇట్లు పగటినిద్ర మహానర్థకరమని యెం
చి నిషేధింపఁబడియె. ఇట్లుషఃకాలమున మేల్కనుట కేవలము
పరలోకసుఖమునకే కాదు. ఇఁకఁ గొప్పది యగు నైహికసుఖ
మునకు గూడనని తేటపడుచున్నది. అప్పుడు వెలుతురులే
నందున కన్ను తెరువఁబడినను విషయమును గ్రహింపనేరదు
గాన మూయఁబడినదానితో తుల్యముగనుండును. ఇంద్రియ
వ్యాపారమునఁ బ్రవేశింపని సమయముననే ఇంద్రియగోళమును
సంస్కరించుట యుక్తము. ఆసంస్కార మిదియని ముందు
స్పష్టమగును. ప్రకృతము ననుసరింతము. ఆసమయమునకు బ్రా
హ్మముహూర్తమని పేరు. అనగా బ్రహ్మ జగమునుగలిగించునట్టి
ముహూర్తము జగత్సంబంధ మగువ్యాపారమును గలుగఁజే
యునని యర్థము. అప్పుడు నిద్రలేచి మొదట పరమేశ్వరుని
నామముస్మరించుట, అద్దేవుని ధ్యానించుట, పిదపఁ బగటికృ
త్యముల నాలోచించుట మున్నగునాచారములుగలవు. ఇది
యుక్తమే, రాత్రియందుఁజాలకాలమునుండి యింద్రియములు

నిర్వ్యాపారముగా విశ్రమించియున్నవి. వానిని తిరుగ వ్యా
పారమునఁ బ్రవేశపెట్టునపుడు ప్రాణులకృత్యములు తఱుచుగా
భంగపాటుగలవి కావున సర్వప్రాణులయందు దయఁగలవాఁడు
ను, సర్వప్రేరకుఁడును నగుపరమేశ్వరుని మొదటఁ బ్రార్థించు
ట అత్యావశ్యకమగు. ఇదియకదా ఆస్తికచిహ్నము. పిదప వేద
ము జదువవలయు. అపుడే యేలఁజదువవలయు ననఁగా, అప్పుడు
వెలుతురు లేమిచే నింద్రియములకు విషయసంపర్కము గలుగ
మికతన మనసు ఇంద్రియవ్యాపారమునఁ బ్రవర్తింపదు. దాన
బుద్ధిశక్తియంతయు స్వస్థమైయుండు. అందుచేత నాసమయమున
మనసు దేనిదేని నభ్యసించునో దానిదాని గ్రహించి తిరుగ మ
ఱువకుండును. ఇందుచే నీకాలము జ్ఞప్తిశక్తికి మిగుల నుప
యోగించునది యనియెంచి నేర్పఁదగిన సకలవిద్యలును నపు
డు నేర్పఁబడుచున్నవి. అందువలననే కాళిదాసుఁడు శ్లో॥ సతత
మపరరాత్ర ప్రాప్తనిద్రావసానాః కవయ ఇవ మహీపాశ్చింతయం
త్యర్థజాతం॥ రాజులు వేకువజామున నిదురమేల్కాంచినవా
రలై కవులుపదార్థముల నాలోచించునట్లు కార్యముల నాలో
చించుచున్నారు. అని చెప్పినవాఁడాయె. పగటికృత్యముల న
పుడే యాలోచింపవలయు ననుటకు నిదియే నిదర్శనము. బుద్ధి
శక్తి స్వస్థముగా నుండుటయే దానికి కారణంబగు.

బైలునకేగుట

ఇఁకమీఁద సూర్యోదయముకంటెముందు ద్రవీభూతము
లు (తడివి) అగుమలములనుఁ బోగొట్టుకొనుమార్గము ప్రస్తా

వింపఁబడుచున్నది. పగటికృత్యముల నాలోచించిన వెనుక మలోత్సర్జనమునకై యీశాన దిక్కున కభిముఖముగాఁ బోవలయు. ఏలన, భూమండలమున ధ్రువశక్తి ఉత్తరపుదిశనుండి దక్షిణపుదిశను పొందుచున్నది. ఈయంశము సన్నని కొనఁగలదియై మఱియేవైపునకుఁ ద్రిప్పినను నుత్తరపుదిశకే దిరుగు దళసూచి (కంపాసు) చే తెలియుచున్నది. ఆధ్రువశక్తి శరీరమునకుఁ బ్రక్కన సోకునెడ దానిచే శోధింపఁబడినదై శరీరము మిగుల నైర్మల్యము నొందుచున్నది. ఎటులన, రాత్రియందు నిర్వ్యాపారముగా నుండినకాలుసేతులు మొదలగువానికి బ్రచారము గలుగుటచే సంధులయందు స్థిరముగానుండినమలము లప్పటివాయువుచే బైలువెడలుటయు, విద్యుచ్ఛక్తిప్రక్కనాడులగుండ లోనఁబ్రవేశించి నాడులను కదల్చుటయు, అట్లు కదల్చఁబడిననాడులనుండియు, నడుచుటచే గదలినమలాశయమునుండియు మలములు వెడలుటచే శరీరము మిగుల నైర్మల్యము నొందును.

ఇందువలన ఈశానదిక్కునకుగాని, నిర్ఋతిదిక్కునకుగాని అభిముఖముగాఁబోవునెడ విద్యుచ్ఛక్తి ప్రక్కనుండి శరీరమునఁ బ్రవేశించుటచే శరీరము నైర్మల్యము నొందునని యెంచి యట్లువిధింపఁబడియె. ఇఁకతూర్పుదిశకుగాని, పశ్చిమదిశకుగా ని అభిముఖముగాఁబోవునెడ అపుడును విద్యుచ్ఛక్తి శరీరమునఁబ్రవేశించి వస్తిని శోధించుగాని ప్రతిబంధింపదు. అందువలననుశరీరమునకు నైర్మల్యమె కలుగును. అయినను ద్రవీభూతము లగుమలములు

సూర్యకిరణసంపర్కమువల్ల నపుడేగట్టిపడఁగలవు. మలములుగట్టిపడునెడ చర్మరోగములు గలుగుగావున "ససూర్యాభిముఖం మలం" సూర్యున కెదురుగా మలమునువిడువఁగూడదని మునులు నిషేధించిరి.

మలవిమోకకాలమున మాటాడునెడ నోరుదెరుచుటవలన మలవాసన లోనఁబ్రవేశించును. మలవాసనయన మలముయొక్క పరమాణువులె. ఆభయమువలన నపుడు మౌనము విధింపఁబడియెను.

మలోత్సర్జన మపాన వాయువుచేఁ జేయఁబడు. అపుడు ప్రాణవాయువును కొంతనిరోధించినగాని అపానవాయువు నిజశక్తియుతమై తనకృత్యమును నెరవేర్పఁజాలదు. అందుకై ప్రాణమునునిరోధింప నాప్రాణవాయువు లోననేకదలుచుండి స్వభావమువలన పైకిలేచునది కావున శ్వాసప్రణాళికల యందుండు మలముల నూర్ధ్వకపాలమును పొందించును. అపుడు రోమకూపములవల్లనుండి వెడలుచు తనయందుండుమలములను రోమకూపములయందునిలుపును. దానంజేసి బట్టతలమున్నగురోగములు గలిగెడిని. కావున నపుడు శిరమునకు వస్త్రము చుట్టుకొనవలయు. అటులైన వస్త్రము స్వభావమున మలముల నాకర్షించునది కావున శ్వాసప్రణాళికలయందుండు మలములనాకర్షించును. ఇందుకనియే వస్త్రము శిరమునకుఁ జుట్టుకొనవలయునని మునులువచించిరి.

మఱియు, మలదుర్గంధము లోపలఁబ్రవేశించునను భ

యమునసే విశేషించి వస్త్రముచే ముక్కును, మూతిని చుట్టుకొనవలయునని చెప్పిరి. అట్లువస్త్రమును జుట్టికొననియెడ దుర్గంధము లోపల ప్రవేశించును. దానివలన ననేకరోగము లుత్పన్నము లగు. అందునకై యట్లు విధింపఁబడియె.

అపుడు ద్విజుఁడు యజ్ఞోపవీతమును కుడిచెవున ధరింపవలయు. దానికికారణమేమనఁగా, మనుజునకు రక్తాశయము మలాశయమున్నగునవి శరీరమునకునడుమనేయుండవు. ఇంక మధ్యభాగము నతిక్రమించి యెడమవైపుననే యుండుచున్నవి. అందువలన భుజించిన వస్తువులున్నగునవి పరిణమించుచు నెడమప్రక్కనే కదలుచుండును. అచట పరినిష్ఠితమగు తేటరక్తముచే కుడివైపు పుష్టినొందుచుండును. ఆకారణముననే యెడమవైపునకంటె కుడివైపు శుద్ధరక్తసంబంధమువలన పరిశుద్ధమని గ్రహింపఁబడుచున్నది. ఇందువలననే శ్రుతియు, 'దక్షిణార్ధో బ్రహ్మవర్చసితరః' దక్షిణభాగము శ్రేష్ఠమగు బ్రహ్మవర్చస్సుకలదని ప్రశంసించుచున్నది. ఈవిధమున కుడివైపు అపుడును పరిశుద్ధమైనదే గావున మలవిసర్గకాలమందు శ్వాసవాయువును నిరోధించుటచే శ్వాసములు లోమార్గమున పైకి లేచునప్పుడు చెవులనుండియు శ్వాసవాయువు వెడలునుగాన అందు కుడిచెవినుండి వెడలు శుద్ధమగు రక్తముతో సంబంధముగల శ్వాసములు నైర్మల్యముగలిగించునవిగావున నుపవీతము నాకుడిచెవియందు ధరింప నధికగుణంబును నిర్దోషతయుకలిగె

డిని. అట్లు ఉపవీతముద్వారా వ్యాపించు స్వాస్థ్యము కంఠముచుట్టును వ్యాపించి యందు ద్రవీభూతములగు కఫములను శ్వాససౌఖ్య యుతములుగాఁ జేయగలదని యందునకై యట్లు విధింపఁబడియె.

మలనిశ్శేషనివృత్తికై మృత్తికాదులచే శుద్ధి విధింపబడియె. మల భూయిష్ఠమగుచోట నోరు దెరుచుట సంభవముగాన ముఖమునకు గండూషాదులచే శుద్ధి నిర్దేశింపఁబడియె. అతినైర్మల్యముగోరు యతులు మొలవఱకు స్నానమునే చేయుచున్నారు. ఇంక పాశ్చాత్యులైననో ఆకులు, కాగితములు, చూర్ణములు, మొదలగు వానిచే శుద్ధి నొనరింతురు. అయినను ఉష్ణాధిక్యముగల దేశమున జలముచే శుద్ధి నొనరించుటయే శ్రేయమని గ్రహింపనగు.

ఆచమనము

శ్వాసనాడుల శుద్ధికై యాచమనము విధింపఁబడియె.

మలభూయిష్ఠ మగుశరీరమున దంతటను శ్వాసములు సంచరించుచుండుటవలన నట్టిశ్వాససంచారముచే శ్వాసనాడులు మలినములైయుండుటబట్టి యిది యావశ్యక మయ్యెను.

ఆచమన మనఁగా, వ్రేళ్లు ముడిచినందున నావుచెవిని బోలియుండు నఱచేతిలో మినుపగింజ మునుగునంత జలము

ముమ్మారు పుచ్చుకొనుట, పిదపఁ గొన్నియవయవములను వ్రేళ్లతోఁ దాకుటయు నగును. వాని ప్రయోజనము క్రమముగా నిరూపింపఁబడును.

ఆచమనము ఊపిరిగొట్టములగుండ మలములను దొలగించుటకు సాధన మైన ప్రాణాయామమునకు ముందు విశేషసుఖమునకై చేయఁబడుచున్నది, విమర్శింప నియ్యది యాయువును పెంపుచేయునదియు, కర్ణమునకు ఘ్రాణమువంటిదియు నగు. భుజింపఁబడుపదార్థము నోటినుండి కుత్తుకరంధ్రమునఁబడి కుక్షిలోఁ బ్రవేశించుచున్న దని స్థూలదృష్టుల కందఱకు దెలిసినదే. ఇఁక సూక్ష్మదృష్టులైనవా రాహారగ్రహణరంధ్రమేగాక సూక్ష్మ మగుశ్వాసకోశరంధ్రంబును గలిగియున్న దని కనిపెట్టియున్నారు. ఇదే శ్వాసము సంచరించుచుండుగాన దీనికి శ్వాసనాడి యనిపేరు. ఈనాడికి రెండుప్రక్కల రెండు రంధ్రములు గలవు. ఈరెండురంధ్రముల నడుము నుండుసూక్ష్మనాడికి సుషుమ్న అని పేరు. ఇది శ్వాసవాయువు నొకమారు కుడివైపునుండియు, ఇంకొకమారు ఎడమవైపునుండియు విడుచుచుండును. ఇందుచే నీనాడికి నిరుప్రక్కల రెండురంధ్రములు కలవని తెలియుచున్నది. ఇందు కుడివైపునుండి శ్వాస మధికముగా వచ్చుచుండునెడ వానిశరీర మధికోష్ణమనియు. ఎడమవైపునుండి శ్వాస మధికముగా వచ్చుచుండునెడ నధికశీత మనియు యోగశాస్త్రజ్ఞుల నిర్ణయము. ఈకారణముననే

ఎడమప్రక్కనుండు ఇడయనునాడి చంద్రనాడి యనియు, కుడిప్రక్కనుండు పింగళ యనునాడి సూర్యనాడి యనియుఁ జెప్పఁబడును.

శరీరములోని మలరేణువు లీనాడులనుండి వెడలు శ్వాసములచే నాకర్షింపఁబడి వెలుపలికి ద్రోయంబడుచుండును. వెలుపలనుండు పరిశుద్ధము లగు నణువులు తిరుగ లోనికిఁబోవు నిశ్వాసములచేత శరీరమునఁ బ్రవేశించి గొప్పయారోగ్యమును గలిగించును. ఆకారణముననే పర్వతాగ్రము, నదీతీరము, బిల్వమూలము మున్నగువానియందు పరిశుద్ధము లగునణువులు గలవాయు వుండునని యెంచి యందు తపశ్చర్య విధింపఁబడియె. అట్లే పరులశ్వాసము సోకునెడ స్నానము చేయవలయునని చెప్పఁబడియున్నది. ఈకారణముననే యౌవనవతు లగుస్త్రీలు మెడయందును, నాసికయందును నూలుతోఁ జేరిన సువర్ణాభరణము ధరింపవలయునని యున్నది. గళమునం దున్ననూలుదారము గళమున సంచరించు శ్వాసదోషములను చర్మముగుండ వెలుపలికి ద్రోసి గుణమును గలిగించును. అందు నూలుదారము మాత్రముగాక సువర్ణాభరణంబును నారోగ్యము కొఱకే ధరింపఁబడుచున్నది.

సురతాదులయందు స్త్రీలముఖమునుండి వెడలునమితమగుశ్వాసముచే పురుషున కనారోగ్యము కలుగునని యెంచి మునీంద్రులు సభర్తృక లగు యౌవనవతులు ముక్కున నత్తు

ధరించుట యావశ్యకమని వచించిరి. అటులేని నది పురుషుల కేల పనిలేదని యడుగుదురేమో స్త్రీపురుషులకు శరీరవ్యవస్థ భిన్నమై యున్నది. స్త్రీలమదరూప మగుబిందువు కాలము దప్పకుండ నివర్తింపదగినది. కాని పురుషుల కట్లుగాదు. ఆకారణముననే స్త్రీవీర్యము దోషముగానె కొందఱచే వాతాదులలో చేర్పబడియె. అట్టిమలసంబంధమువలన స్త్రీలశ్వాసంబునధికదుష్టంబై యుండు. ఈసందర్భములనుబట్టి స్త్రీలకు నాసామణిధరణము నిర్బంధముగా విధింపబడియె. అచట ధరింపబడిన కాంచనము శ్వాసదోషమును హరించును.

మఱియు పురుషునిశ్వాసము స్త్రీలముఖముద్వారా లోపల ప్రవేశించి వారికి బాధక మగుటకువీలులేదు. స్త్రీలనాసామణియే వారిశ్వాసదోషము నడచినట్లే నడుమనుండి వెలుపలినుండి లోనప్రవేశించు పురుషనిశ్వాసదోషమునుగూడ హరించునుగాన బాధింపదు. ఈకారణముననే పురుషుల కది నిర్బంధవిధి కాదయ్యెను. ఇంక ప్రకృతము విచారింతము.

శ్వాసముచేత నాకర్షింపబడినమలములు వెలుపలికి బోవుట శ్వాసనాడియొక్క సంకోచవికాసములవలనగలుగునుగాని యింకొకవిధమున గలుగనేరదు. అపుడు నాడులచర్మము మిగులమార్దవము నొందిన గాని నాడులు ముడుచుకొనుట, వికసించుట సంభవింపదు. ఎపుడును వాయుసంచారముచే నెండి

యున్న శ్వాసనాళమునందు నీటిసంపర్కములేక మార్దవము సంభవింపదు. శ్వాసనాళము మెత్తదనము నొందకున్న మలములను విడుపజాలదు. శ్వాసమలముల బోగొట్టుటకు ప్రాణాయామముకంటె నింకొకవ్యాపారము ప్రయోజనకారి కానేరదు. అందువల్లనే యాచమనము కొంచె ముదకముచే చేయవలయునని చెప్పబడియె. జలము నధికముగ పానము చేసిన నది బలకర మగుగాని యోగమునకు సాధకము గానేరదు. కావున నల్పముగా గ్రహింపవలయునని చెప్పబడియె. జలసంపర్కముచేత నాశ్వాసనాడి ముడిచికొనుటకును వికసించుటకును (సంకోచవికాసములకు)సౌలభ్యము గలిగి చల్లనిగాలి విడుచుచు నెమ్మదివహించి నాసాగ్రము పొంది వెచ్చుట నద్దునొందక పూర్వమునుండి యున్నవిగాని యప్పుడు సంక్రమించినవిగాని యగునన్నిమలములను నాకర్షించుచు వెలుపలికి వచ్చుచుండును అందువలన నాచమనము శ్వాసనాడుల శుద్ధికొఱకును మలముల బోగొట్టుటకును నుపయోగించుచున్నది. కావుననే ఆవుచెవినింబలె యరచేతిని ముడిచికొని మినుపగింజమునుగునంతజలమును త్రాగవలయును. అంత కెక్కువగాని, తక్కువగాని త్రాగునెడ సురాపానముతో సమాన మగునని చెప్పబడినది.

చేతి నావుచెవినింబలె నేల ముడిచికొనవలయు? నని

యడుగుదురేని వినుడు. వాతపిత్తకఫలము లనుమూఁడుదోషములు శరీరమును వ్యాపించియుండుట పలువురకు దెలిసినయంశమే. వానినాడులు వ్రేళ్లకొనలవఱకు వ్యాపించియున్నవి. చేతి నావుచెవినింబలె ముడిచినప్పుడే త్రిదోషములకు సామ్యము సంభవించును. వాతపిత్తకఫములు సమానముగ నుండు హస్తమున నేమాత్రము కాలమైన ధరింపఁబడినపిమ్మట పానము చేయఁబడినయుదకము శరీరమును సమదోషముగా నొనరించు ననుట నిర్వివాదము, 'దోషసామ్య మరోగతా,' అనువచనమును బట్టి దోషసామ్యావస్థయె యారోగ్యదశ యగును. కావున నారోగ్యమే ఫలమనుట ప్రసిద్ధము,

మఱియు నాచమనమునకు ఉప్పునీరు, వేడినీరు, బురదనీరును కూడవు. ఇవ్విధ మగునీటియందు మలము లధికముగ నుండుటవలన నివి నిషేధింపఁబడినవి. నిర్మలముగను తేలికగ నునుండు జలమే విహిత మయినది.

ఆచమనము చేయగనే దవడలు, కన్నులు, ముక్కు, చెవులు, చేతులు, కడుపు, తల మున్నగునవయవముల తాకవలయు. బొటనవ్రేలు మొదలగువ్రేళ్లచే తాకుట దేనికన నాయాప్రదేశములయందలి వాతాదిదోషముల శాంతికొఱకనియే గ్రహింపవలయు. వ్రేళ్లలో బొటనవ్రేలు ముఖ్యమైనది కాన దానిచేతనే తాకవచ్చును. దీనింబట్టి యాచమనము నిష్ప

యోజనమన వీలులేదుగదా. మఱియు మలముల బోఁగొట్టుటకును సాధన మగు. ఇంతియగాక శ్వాసముయొక్క శీఘ్రగతిని తగ్గించుటకును మూల మగునుగాన నాచమనము ఆయుర్వృద్ధికిని పరమసాధన మగుచున్నది. ఇయ్యది ప్రాణాయామమునకు పూర్వాంగము.

మఱియు నిర్మలునకే కర్మములయందు ప్రవేశము గలదుగాన నైర్మల్యము గలిగించుటకే ఆచమనము సర్వకర్మాంగమగుచున్నది. మద్యపానము మున్నగువానియందాసక్తిగలవారికి శ్వాసనాడులరంధ్రములు దుర్మలములచే నిండియుండునుగాన నట్టివారి కీయాచమనముతో ప్రయోజనము లేదనియెంచి తరుచుగ గర్మానుష్ఠానము చేయువానికి నడుమసంభవించునశుద్ధిని పోఁగొట్టుటకై యిది విధింపబడియె. క్రమముగ నాచమనముచేసి శ్వాసమార్గమును శుద్ధిచేసికొనినవారికి ఎప్పుడును శ్వాసమార్గములయందు మలముటుండకపోవుటచే దగ్గు, క్షయ మొదలగు శ్వాసరోగములు గలుగవు.ఆరోగములు శ్వాసదోషమువలనను శ్వాసనాడియందుండుమలములవలనను గలుగుననునంశము తెలియునెడ నాచమనముకంటె సులభముగ మలములను పోఁగొట్టుకర్మము వేఱొక్కటి లేదని తెలిసెడిని. దీనిం జక్కగ ననుష్ఠించునెడ క్షయము న్నగుగొప్పవ్యాధులు పుట్టనేరవు. కావున మలసంబంధము కలిగినప్పుడును, కర్మమా

రంభించునప్పుడును, ముగించునప్పుడు నాచమనము చేయవలయు. ఇందు ప్రమాణము యోగశాస్త్రమునందును, వైద్యకమునందును గలదు. ధర్మశాస్త్రకర్తలును యోగశాస్త్రమునో, లేక వైద్యశాస్త్రమునో అనుసరించియే ధర్మముల జెప్పుచున్నారు. దాననే ధన్వంతరి స్మృత్యుక్తమంతయు సఫలమనియెంచి దానిని సర్వవర్ణములకు, సర్వదేశములకును సాధారణ మగుదినచర్యాప్రకరణమున సంగ్రహించెను.

అట్లు లయయోగమను యోగవిశేషమైన మంత్రశాస్త్రమునందును మంత్రశాస్త్రజ్ఞు లాహ్నికముల సప్రయోజనముగా నిరూపించిరి. ఏలన యోగమునందుండదరుచుగ శ్వాసస్వభావము నాడీప్రచారము నవశ్యముగ నిరూపింపఁదగియున్నవి. మంత్రశాస్త్రమునందును భూతచికిత్సాదులకై స్నానాదుల కొఱకు జలస్వభావము తపసుకొఱకు స్థలస్వభావము తెలుపదగినవియే యగు, మొదటినుండి యిందునిరూపింపఁబడినయంశము ప్రామాణికులచే నెట్లు నిర్ణయింపఁబడియుండెనో చూడుడు.

దినచర్యయందు ధన్వంతరి శ్లో॥ ఉదయే సవితుః కాలే ప్రసృతే స్సలిలస్యయః పిబేదష్టౌ। రోగజరాపరిముక్తో జీవేచ్ఛరదాం శతం సాగ్రం॥ సూర్యోదయకాలమున నెనిమిదిమార్లు చేతిలో జలముపుచ్చుకొనునెడ రోగము ముసలితనములేక నూరువత్సరములకు నె

క్కుడగుకాలము జీవించునని చెప్పెను. ధర్మశాస్త్రములయందైననో ఉషఃకాలమున ఆచమనము మూడుసారులు[అనగా నొక్కొకతడవకు ముమ్మారు చేయవలయుగాన]తొమ్మిదిసారులు చేయవలయు నని చెప్పఁబడియున్నది. ధన్వంతరి యెనిమిదిమారులు పుచ్చుకొనిన నాయువు నారోగ్యమును నొసగునని చెప్పెను. గాన విశేషము వ్యత్యాసము లేదు,

మఱియు నాకాలమునఁజేయు నాచమనముచే పోవురోగము లేవియనిన, శ్లో॥ అర్శశ్శోథగ్రహణ్యో జ్వర జఠర జరాకుష్ఠమేదోవికారా మూత్రాఘాతా స్రపిత్త శ్రవణగళ శిరశ్శ్రోణి మూలాక్షిరోగాః। యేచాన్యే వాతపిత్తక్షతకఫకృతా వ్యాధయ స్సన్తిజంతో స్తాంస్తా నభ్యాసయోగా దపహారతి పయఃపీత మంతే నిశాయాః॥ మూలవ్యాధి నంజు జిగట విరేచనము జ్వరము కడుపుబ్బుట కుష్ఠవ్యాధి ముదిమి పొట్టపెరుగుట మూత్రమడ్డగించుట రక్తపిత్తము చెవిపోటు గండమాల తలనొప్పి ఆసనరోగము నేత్రరోగము మఱియు వాత పిత్త వ్రణములు కఫ వ్యాధులు మున్నగునవి ప్రాతఃకాలమున జలపాన మభ్యాసముచేయుటవలన హరించుచున్నవని ధన్వంతరి వచించెను. అభ్యాసమువలన ననుటచే ఆచమనమున గ్రాహ్యమగుజలముయొక్క పరిమాణ మభ్యాసముచే తెలియునని సూచింపఁబడినది. ఇదిగాక ఒకనాడు పుచ్చుకొనినంతమాత్రమున నీరోగములు నివర్తింపవనియు, ప్రతిదినము నభ్యాసము చేయుటవలన నేనివర్తించుననియు, నారోగములు పుట్టినపిదప నాచమనమున

భ్యాసముచేసినను నారోగములు పోనేరవనియుసూచితమగుచున్నది. ఏడుసంవత్సరములకు మీఁదనే యీయాచమనము చేయఁబడుచుండుటనుగాన నాచమనముచే నివర్తించు రోగములలో బాలరోగములు చేర్పఁబడలేదు.

మఱియు ధన్వంతరి శ్లో॥ ఆయుష్యముషసి ప్రోక్తం మలాదీనాం విసర్జనం । తదాంత్రకూజనాధ్మానోదరగౌరవవారణం ॥ ఉషఃకాలమున మలాదులను విడచుట వలన కడుపుబ్బరను పేగులరచుటమున్నగు వ్యాధులు హరించు ననిచెప్పెను. ఇట్లు ధర్మశాస్త్రములయందుఁ జెప్పఁబడు కర్మములయొక్క ఫలము వైద్యశాస్త్రమునమసరించియె నిరూపింపవలనుపడియెడిని. వైద్యులును యోగశాస్త్రమును చక్కఁగా నెఱింగినంగాని శరీరతత్త్వమంతగఁ దెలిసికొనంజాలరు. ఈ యర్థము భిషగ్వరా వరారోహే యోగేషు పరినిష్ఠితాః। వైద్యశ్రేష్ఠులు యోగశాస్త్రమున నధికజ్ఞానము కలిగియుందురని యాజ్ఞవల్క్యుఁడు మైత్రేయితోఁ జెప్పెను.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కనియుండుట బహుఫలంబని ధన్వంతరియే శ్లో॥ బ్రాహ్మే ముహూర్త ఉత్తిష్ఠేత్ స్వస్థో రక్షార్థమాయుషః॥ ఆయువు రక్షించుకొనుటకై యారోగ్యవంతుడు బ్రాహ్మముహూర్తమున నిదుర లేవవలయునని చెప్పెను.

ఇప్పటివారు పాశ్చాత్యవాసనచే శరీరాత్మవాదులై యున్నారు. ప్రాచీనులైననో ధర్మబద్ధులు నిజ మెఱింగినవారనగుదురు. కావుననే జ్ఞాననిధియగు నాధన్వన్తరి॥ తత్ర సర్వా

ఘశాన్త్యర్థం స్మరేచ్చ జగదీశ్వరం॥ ఆబ్రాహ్మముహూర్తమున సర్వపాపనివృత్తికై పరమేశ్వరుని స్మరింపవలయుననియు వచించెను.

దంతధావనము.

ఇఁక దంతధావనము నిరూపింపఁబడియెడిని

ముండ్లు కలవియు, పాలు గారునవియు నగువృక్షముల యొక్క పుడకలచేతను నేరేడు, మామిడిచెట్లచిగుళ్ళచేతను, దంతధావనము చేయవలయు నని ధర్మశాస్త్రకర్తలు చెప్పియున్నారు. యాజ్ఞవల్క్యుఁడు మున్నగువారు ఇటికరాయి, మంటిపెళ్ల, రాతిపొడిదంతధావనకు కూడదని నిషేధించి యున్నారు. ఇట్లే మొగలి, ఖర్జూరము, టెంకాయ మొదలగుచెట్లయాకులును నిషేధింపఁబడినవి. కొన్నిపుడకలయందును నొక్కొకరోగమును పోగొట్టుశక్తి కలదని వైద్యకాదులవలన దెలియుచున్నది. దంతధావనమువలనఁబోవురోగములను ధన్వన్తరి దినచర్యయందు ॥తేనాస్యరసవైరస్యగంధా జిహ్వాస్యజా గదాః॥ రుచివైశద్యలఘుతా నభవన్తి భవన్తిచ। నోరికిరుచి తెలియకుండుట నోరికంపు, నాలుకనోరుపీనియందు బుట్టురోగములు పోవుననియు, రుచి తెలియుట, నైర్మల్యము లాఘవము గలుగుననియు చెప్పియుండెను. ధర్మశాస్త్రములయందు చెప్పంబడు పుడకలు మున్నగునవి వైద్యకమునందును జెప్పంబడియున్నవి. ఎట్లన మఱ్ఱి, కానుగ. చంద్ర అత్తి, మామిడి, సంపెగ, ఉత్తరేణు, దానిమ్మ, తుమ్మ, మున్నగునవి తెలుపబడి యున్నవి. వీనిని

శోధింప వీనియందు వగరు ముఖ్యముగ గలదు. వగరు జీర్ణశక్తిని కలిగించునదియు, పొత్తికడుపును శుద్ధిజేయునదియు, పైత్యమును హరించునదియు, శీతవీర్యము కలదియు నని షడ్రసనిఘంటువు మున్నగువానియందు గలదు. కారము ప్రధానముగా గలవానితో దంతధావనము చేయునెడ దంతములకు నష్టము కలుగునని యెంచి యుట్టికెరాయిపొడి మున్నగునవి నిషేధింపబడినవి. వ్రేళ్ళతో చూపుడువ్రేలితో దంతధావనము చేయగూడదనుటకు కఫనాడి యావ్రేలిచివర నుండుగాన దానికి నెముకతో సంబంధము కలిగెనేని దోషము కలుగునని యెంచి అస్థిసంచయనమున నిషేధింపబడినట్లు దంతంబులు నష్టులేగాన నిషేధింపబడెను.

ప్రాతఃకాలమున దంతధావనము విధింపబడుటకు కారణమేమన సూర్యోదయమునకు ముందు ద్రవరూపములైయున్నమలములను పోగొట్టుకొనుటకనియె గ్రహింపవలయు. మఱియు ముందు జెప్పంబోవు వాచికయజ్ఞరూప మైనమంత్రజపమునకు పూర్వాంగ మైనవాక్శుద్ధిని సంపాదించుకొనుటకును నుపయోగించుచున్నది. అందు నాలుకగీచుకొనుట సువర్ణరజతాదులచేతను, లేకున్న పత్రాదులచేతను చేయవలయు. భోజునిచారుచర్యయందు ॥జిహ్వానిర్లేఖనం కార్యం సౌవర్ణం తామ్రమేవవా। తన్మలాపహారం శస్తం మృదు శ్లక్ష్ణం దశాంగుళం। పిత్తశ్లేష్మహరం రుచ్యం నైర్మల్యం చక్షుషో హితం। శ్రోత్రనాడ్యో విశుధ్యన్తే నరాణాం దంతధావనాత్॥ నాలుకగీచికొనుటకు బంగారముతోగాని, రాగితోగాని యారంగుళముల పొడవుగల బద్దను చేయించికొనవలయు దానితో నాలుక గీచికొనుట ప్రశస్తమగు. దంతధావనము వలన పిత్తశ్లేష్మములు హరించును. నాలుకకు రుచి తెలియును. నోరికి నైర్మల్యము కలుగును. కనులకు మేలు చేయును. చెవినాడులును నిర్మలము లగును. అని చెప్పంబడి యున్నది. ఈదంతధావనమున చెప్పంబడుపుడకలు మున్నగునవి తఱుచుగ రోగములు పుట్టకుండుటకే యగు. రోగములు నచ్చినవారికి దంతధావనయోగ్యము లగుచూర్ణములు చెప్పంబడినవి. ఇట్లు దంతధావనముచే కదలిననోరియసహ్యమును పోగొట్టుకొనుటకై చన్నీరు పుక్కిలించి వేయవలయు. ఈయంశము వైద్యకమునందును॥ గండూష మథ కుర్వీత శీతేన పయసా ముహుః। కఫతృష్ణామలహరం ముఖాన్తశ్శుద్ధికారకం॥ చల్లనినీరు పలుమారు పుక్కిలించి వేయవలయు. అట్లు చేయునెడకఫము, దాహము, అసహ్యమును పోగొట్టి నోరికి పరిశుద్ధిని గలిగించునని చెప్పబడియున్నది. పిదప చన్నీరుచే ముఖము గడిగికొనవలయు ననిస్మృతులయందు గలదు. ఈయర్థము వైద్యశాస్త్రమునందును॥ ముఖప్రక్షాళనం శీతపయసా రక్తపిత్తజిత్॥ చన్నీరుతో ముఖము గడిగికొనునెడ రక్తపిత్తమును హరించు నని చెప్పంబడియున్నది. అందువలననె మత్తు ఎక్కినవానికిని, సొమ్మ వచ్చినవానికిని ముఖముమీద చన్నీరుచ

ల్లునెడ తెలివి వచ్చుచున్నది. ఇట్లు బాహ్యశౌచముచేసికొని నిర్మలులై స్నానమునకు పోవలయు.

ప్రాతస్స్నానము.

ఇప్పుడు ప్రాతస్స్నానముయొక్క గుణము నిరూపింపబడియెడిని. కాలభేదమువలన స్నానంబును వేరువేరువిధముగ విధింపఁబడుచున్నది. మంచు అధికముగ నుండుకాలమున సూర్యుఁడు కొంచె ముదయించినవెనుక స్నానము విధింపఁబడుచున్నది. ఈయర్థము॥ మాఘమాసే రట స్త్యాపః కించి దభ్యుదితే రవౌ॥ మాఘమాసమున సూర్యుఁడు కొంచె ముదయింప జలములు క్షోభనొందుచున్న వనువాక్యముచే తెలియుచున్నది. అపుడు మంచు ప్రబలముగా నుండుగాన నధికముగా నుండుచల్లదనము నివర్తించుటకై సూర్యకిరణము లపేక్షింపఁబడుచున్నవి.

సంకల్పము, అఘమర్షణసూక్తజపము స్నానమున కంగములగును. సంకల్పమునకు ప్రయోజన మేమనిన, వేఱువిషయమునందు ప్రవర్తించుమనసును ప్రకృతవిషయమునం దుంచుటయే సంకల్పమునకు ఫలము. మనస్సు వేఱువిషయమున నుండెనేని ననేకము లగుమంచిశక్తులు లోనఁ ప్రవేశింపవు కావున సంకల్పము లన్నియు మనసును ప్రకృతవిషయమున నిలుపుటకే యుపయోగపడియెడిని. ఇఁక అఘమర్షణమంత్రములు జలస్వభావమును జలాభిమానదేవతను, అందువలన తనశరీరమునకు గావలసినగుణమును ప్రతిపాదించును. ఈయం

శము తెలియుటకై స్థాలీపులాకన్యాయమున నొకమంత్రార్థము విమర్శింపఁబడుచున్నది. శ్రు॥ హిరణ్యవర్ణాః ... విరూపాః॥ ఇప్పటి వస్తుశోధనశాస్త్రము (సైన్సు) చదివినవారు నీరు రెండువిధములుగ విభజింపఁబడినదని చెప్పి యంత్రసాధనముల ద్వారా కనబరచుచున్నారు. అందొకభాగము మంటతో కలిసికొనెనేని వెంటనే బంగారువర్ణము కలదై యుండుచున్నది. రెండవది యొండినయేవస్తువు తనతో కలిసినను దానిని గాల్చుచున్నది. ఇట్లుండ వేదమునందు ఏదే నొకవిధమున॥ హిరణ్యవర్ణాః=బంగారువర్ణముగలవి. శుచయః= కాల్చునవి పావకాః= పరిశుద్ధిచేయునవి అనిమూఁడు భాగములు చేసి అచట వరుసగా పృథివిని జెప్పుకశ్యపపదముచే భూమిని, ఇంద్రపదముచే మెఱుపు మేఘము మున్నగువానిని చెప్పి॥ అగ్నిం యా గర్భం దధిరే॥ అనువాక్యముచే నగ్నిని బుట్టించునవి యనియు, ప్రతిపాదింపఁబడియున్నది. జలము దాని స్వరూపముచే రెండువిధములే కాదు. ఇంకను శోధనచేసి విభజించునెడ రూపాంతరము కలదనియు తేలునని మంత్రార్థముచే తెలియుచున్నది. మఱికొంతకాలమునకు శోధకులజ్ఞానమునుబట్టి మూఁడువిభాగములు చేయుటయు సంభవింప నగును. ఈసూక్తమున రూపముమాఱిన నీటిని మరల నీరుగాచేసెడి వరుణుఁడను నొకపాశధారి పడమటిదిక్కున కలఁడని శ్రు॥ యాసాం రాజా వరుణో॥ అనుమంత్రముచే తెలియుచున్నది. ఈప్రకార మాంగ్లేయులు మఱికొంతకాలము కడచిన

రెండుపదార్థముల సంసృష్టియెయను బుద్ధివిడిచిపెట్టి యీజలమునకు రూపాంతరము కలదనియు నిశ్చయింతురు. ఇట్లే శోధన చేయంజేయ కొంతకాలమున నాశుత్త్యర్థమంతయు ననుభవమునకు రాగలదని తోచెడిని. ఎప్పుడును పదార్థశోధనయందె పనిపూనినవారు కొన్నిశతాబ్దములకైనను మిగిలియున్న వేదమును యథార్థము చేయగలరని నమ్మకము కలదు. ఇట్లు సంకల్పముతోను, మంత్రములతోను ప్రవాహము మొదలగువానియందు దేశకాలముల నతిక్రమింపక స్నానముచేయుటవలన గలుగు ఫలమును అది విడుచుటచే భరతఖండవాసులకు గలుగు ననేకరోగములను ధన్వంతరి చెప్పెను. ప్రాతస్స్నానము తీట నేత్రరోగము మొదలగు వానికి తగినయౌషధమని చెప్పఁబడియున్నది. అతిమూత్రము శుక్లస్రావము మొదలగురోగములకును, పిత్తాధిక్యమువలన గలుగు కొన్నిరోగములకును తలపుర్రెలోపలఁ బుట్టెడురోగములకును ముఖ్యముగ చిత్తభ్రమకును ప్రత్యక్షఫలము నొసగు గొప్పయౌషధము ప్రాతస్స్నానమే యని తెలియుచున్నది.

స్నానపానాదులకు నదీజలము ప్రశస్తమైనను కొన్నికాలములయందు కూడదని వాగ్భటాదివైద్యాచార్యులు నిషేధించియున్నారు. ॥నాదేయం వారి నాదేయం వసంతగ్రీష్మయో ర్బుధైః॥ వసంతర్తువునందును, గ్రీష్మర్తువునందును నదీజలము గ్రహింపఁగూడదనియు. వసంతగ్రీష్మయోః కౌపం॥ వసంతర్తువునందును

గ్రీష్మర్తువునందును బావినీటినే గ్రహింపవలయు ననియు వచించియున్నారు. ఇందునకు గారణ మేమనఁగా, వసంతగ్రీష్మములయందు మిగుల వేడియగు సూర్యకిరణములచే కాగియున్న నదీజలములకు స్వాభావసిద్ధమగు శైత్యగుణమే సంభవింపదు. లోతునన్న నూతిజలమునకైనను కొంతకాలమే సూర్యకిరణసంపర్కము కలిగియుండును. కావున మఱికొంతకాలమునకు స్వభావగుణము నిలువఁగలదు. అట్లు వర్షర్తువునందును జలము కలుషముగా నుండుగావున నదీజలము నిషేధింపఁబడినది. కావుననే॥ శరద్యగస్త్యే రుదయా దఖిలం సలిలం హితం॥ శరదృతువునందు అగస్త్యనక్షత్రము దయింపగా జలమంతయు నిర్దోషమగునని వైద్యశాస్త్రముననే చెప్పఁబడియె. స్నానము బహుఫలము గలది కావుననే చారుచర్యయందు భోజుడు॥ రూపం తేజో బలం కాంతి శ్శౌచ మాప్యాయనం తనోః॥ దుస్స్వప్ననాశనం పుణ్యం స్నాన మాయుష్యవర్ధనం॥ అత్యన్తమలినః కాయో నవచ్ఛిద్రసమన్వితః। స్రవత్యేవ దివారాత్రం ప్రాతస్స్నానేన శుధ్యతి॥ రూపము, తేజము, బలము కాంతి, శౌచము తాపశాన్తి, దుస్స్వప్నములు రాకుండుట, ఆయుష్యవృద్ధి, పుణ్యము ననునవి స్నానగుణములు. శరీరము మిగుల మాలిన్యము కలదియు, తొమ్మిదిచిల్లులు కలదియునై రేలుంబవళ్ళు మలముల స్రవించుచుండునుగాన ప్రాతస్స్నానముచే శుద్ధినొందును అనివచించెను. స్నానముచేయునపుడు లోన ప్రవేశించిన జలము శరీరమునకు గుణముగలిగించునది యైనను

శరీరమునకు వెలుపల నున్న జలము గుణకరము కానందున నది పోవుటకై పొడివస్త్రముచే తుడువఁబడుచున్నది.

వస్త్రధారణము.

ఇఁకవస్త్రధారణఫలము ప్రకృతము. ఈదేశమునందు తరుచుగ నూలువస్త్రమే ధరింపఁబడుచున్నది. అది మిగుల నౌషధప్రాయ మైనది. ఓషధులవలన గలిగిననూలువల్ల నేర్పడినయీవస్త్రమునకు గొప్పశక్తి కలదు. అది స్వభావముననే శక్తిసహితమై ప్రతిదినము జలసంబంధమువలన గుణాతిశయము నొందుచున్నది. అధికగుణము గలిగియుంటనే నూలువస్త్రము మిగుల వాడుకచేయఁబడుచున్నది. దీనియం దేమిగుణము కల దనఁగా, నూలుకుమూలమైన ప్రత్తిచెట్టు సమూలంబును మహాగుణవంతమైనది. ఎట్లన, ప్రత్తిచెట్టుయొక్క వేళ్లు విరేచనము కలిగించును. ప్రత్తికాయ కామిలను, క్షయను పోగొట్టును. అట్లే అర్శోరోగమును నివర్తింపఁజేయును. ప్రత్తిపూతయు ననేకము లగురసదోషముల తొలగించును. ప్రత్తిగింజయు కార్పాసచూర్ణము మొదలగువానియందు ప్రధానమై అరుచి మొదలగు రోగముల హరించుచున్నది. అటులే రసమాంసాది దుష్టవ్రణములయందు మాంసక్షయము గలిగి రంధ్రము పడునెడ నచట నిర్మల మగుప్రత్తినూలుగుడ్డను బాగుగ మర్దించి పొడిచేసి యునుచునెడ మాంసము కలిగి రంధ్రము పూడుచున్నది. అట్లే కత్తిచే ప్రేట్లు గాయము కాఁగా గుడ్డపేలిక తడిపి ప్రేలికి చుట్టినందున రక్తము కారుట నిలుచుచున్నది. అట్లే వమనరోగమునందు ఉదుకఁబడినతడిగుడ్డను వాసనచూచునెడ నారోగ్యము కలుగుచున్నది. ఈకారణమువలన దూదినూలుగుడ్డయందు గొప్పశక్తి కలదని నిశ్చయింపఁబడుచున్నది. ఆవస్త్రము నన్నియవయవములయందును సమముగ ధరింపఁగూడదు. మొలకు దిగువభాగమున నంతటను, పైభాగమున నొకానొకచోటను ధరింపవలయు. వస్త్రధారణ మనార్యులకు సిగ్గుగాచుకొనుటకు, శీతవాతముల నడచుటకుమాత్ర ముపయోగపడుచున్నది. ఆర్యులకైననో శరీరముద్వారా బుద్ధిని సంస్కరించునదియై యుపయోగపడుచున్నదని సూక్ష్మదృష్టిగలవారు గ్రహించుచున్నారు. ధరింపదగువస్త్రములలో కార్పాసమెగాక పులిచర్మము, మృగచర్మము కంబళము మొదలగునవియుఁ జెప్పఁబడుచున్నవి. అందు గార్పాసవస్త్రముయొక్క గుణము చెప్పఁబడియె. మృగచర్మము మిగుల మృదువైనది. ఇది కష్టమున కోర్వనివాఁడును, బ్రహ్మచర్యవ్రతస్థుండు నైనబ్రాహ్మణునకు విహితము. వనస్థగృహస్థాదులకు నుపయోగించు పులితోలు క్రూరమైనది. ఈచర్మములు మేదస్సువలన జనించుచున్నవి. వీనియందు వైద్యుతశక్తి స్పష్టముగా గనపడుచున్నది. ధావళి మొదలగునవియు నట్టివే యగు. గొఱ్ఱెలు మొదలగునవి యోషధుల నన్నిటిని భక్షించుచుండును. ఆయోషధులశక్తివలన వానిరోమంబులును వైద్యుతశక్తిచే పూర్ణము

లై యుండును.

కార్పాసవస్త్రము మంచిశక్తిగలదైనను దానిని బిగువుగా ధరించునెడ నచ్ఛోటరక్తమునకు హాని గలుగు. ఈ దేశము ఉష్ణాధిక్యము గలదికావున నిందుండువారలకు వస్త్రము తగిలితగులనట్లు ధరింపఁబడినదై గుణమును గలిగించును. ఇందిదిదృష్టాంతము. ఈదేశమునందు స్త్రీలు తరుచుగ రవికలను బిగువుగ ధరించుచుందురు. వారలయొక్క బుజములను జూడఁగా వస్త్రమును బిగువుగా ధరించినందున నందగురక్తము స్వభావగుణమును విడిచి వెల్లదనము పొందియుండుట స్పష్టముగా గనఁబడుచున్నది. దీనింబట్టి శీతాధిక్యముగల యితరదేశములయందు దృఢమగువస్త్రము బిగువుగా ధరింపఁబడుచున్నను ఈదేశముయొక్క స్వభావమునుబట్టి లోపల గాలి యసంకటముగ దిరుగునట్లు తేలికయగువస్త్రమును తగిలితగులనట్లే ధరింపవలయునని విధింపఁబడియున్నది.

అన్నియవయవములయందు నేకరూపముగా వస్త్రము నేల ధరింపఁగూడదు? అనియడుగుదురేని వినుఁడు. శరీరము ఊర్ధ్వకాయము (నాభికిపైభాగము.) అధఃకాయము (నాభికిక్రిందిభాగము.) అనిరెండుభాగములు కలిగియున్నది. ఇందు మీదను, క్రిందను నున్నయింద్రియములయొక్క యుత్కర్షాపకర్షలనుబట్టి యూర్ధ్వకాయము పవిత్రమనియు, నధఃకాయ మపవిత్రమనియుఁ జెప్పఁబడుచున్నది. ఊర్ధ్వకాయమునందు రోగ

ము జన్మించునెడ నౌషధములచే నవద్వారములగుండ మలములనుపోఁగొట్టి శీఘ్రముగా నివృత్తిచేయుటకు శక్యమగును. అధఃకాయమునందే రోగము జనించునెడ ప్రస్వేదనము, శస్త్రము, అగ్నిమున్నగుచికిత్సలచే గాని నివర్తించుట లేదు. దీనింబట్టియు నూర్ధ్వకాయము పవిత్ర మనియు, నధఃకాయ మపవిత్ర మనియు నిశ్చయింపఁబడుచున్నది. ఈయర్థమును దెలుపుటకే యుపనయనకాలమున మౌంజి గట్టబడుచున్నది. ఇచటనిరంతరమగు వాయువువలన గలిగినరోగములు పోవుటకును, ఆవాయువునకు ప్రకోపమును గలిగించుమేదస్సు మొదలగునవి నిరంతరము బైలువెడలుటకును అధఃకాయమునందు ఎల్లప్పుడును వస్త్రము ధరింపవలయునని విధింపఁబడెను. అచట నెల్లప్పుడు వస్త్రము ధరించునెడ నది యచ్చటిచెమట నాకర్షించును. అందుచే రోగములు జనింపవు. అచట మేదస్సు పెరిగనేని చెమట గట్టిబడును. చెమట రోమకూపములయందే యూరిపోయెనేని గజ్జిమున్నగు రోగములు గలుగును. అచ్చట నెల్లప్పుడు వస్త్రమును ధరించునెడ నదియచ్చటిచెమట నాకర్షించుటచే మిగుల నారోగ్యకరమే యగుచున్నది. దీనిం బట్టి యూర్ధ్వకాయమున ధరింపఁబడువస్త్రముకంటె నధఃకాయమున ధరింపఁబడువస్త్రమపవిత్రమైనది.

ఊర్ధ్వకాయమున యజ్ఞోపవీతమువలె వస్త్రము ధరింపవలయునని చెప్పఁబడినది. దానికి కారణ మేమనఁగా, ర

క్తశుద్ధిస్థాన మని ప్రసిద్ధ మైనహృదయము కేవలము వక్షమున మధ్యభాగముననే లేదు. అది కొంచె మెడమవైపునకు మిగిలి యున్నది. అందుండురక్తము గట్టిపడియెనేని నాడు లన్నిటియందుఁ బ్రవహింపనేరదు. అట్లు ప్రవహింపకున్న నసంతములగు రోగములు జనించును. కావున నాహృదయస్థానమందుండునుష్ణమును గాపాడుటకై వస్త్రము ధరింపబడు. ఇతరాంగములయం దైననో ఈదేశ ముష్ణాధిక్యము కలదియేగావున నుష్ణ మపేక్షింపబడదు.

స్త్రీలకును వస్త్రధారణ మిట్లే యగు. అయినను వారలయం దొకవిశేషము కలదు. రక్తవస్త్రము పురుషులకు కూడదని నిషేధము కలదు. స్త్రీలకది యావశ్యకము. ఎరుపురంగునందు సుధాసంబంధ ముండుటవలన గుణాధిక్య కలదు. కావున నెర్రని వస్త్రముధరించు నెడ శరీరసంబంధ మగునుష్ణ మధిక మగును. దీనిచే రక్తము ద్రవీభూతమై నియతముగా వెడలుచుండును. కావున స్త్రీలకు పురుషులకంటె వస్త్రములు భూషణములు మున్నగునవి అధికముగా నుండవలయునని విధింపఁబడియె గాని యితరులకుంబలె కామముచే నిర్ణయింపఁబడినవి కావు. అందువలననే॥ స్త్రియం సంభావయే న్నిత్యం భూషణాచ్ఛాదనాదిభిః॥ వస్త్రములు, అలంకారములు మొదలగువానిచే స్త్రీలను సమ్మానింపవలయునని మొదలుగా స్మృతులయందుఁ జెప్పంబడియె. స్త్రీలకును ఎడమభాగమున హృదయమున పురుషులకుంబలె

వస్త్రము ధరింపదగిన దని యెఱుంగవలయు. అందువలననే ఎల్లప్పుడును కర్మముచేయుటయందు ప్రవర్తించు త్రైవర్ణికులకు ఎల్లపుడును యజ్ఞోపవీతము విహితమైనది. అది చర్మమైనను లేకవస్త్రమైనను నుష్ణగుణము కలదియే గావున॥ **నిత్యయజ్ఞోపవీతీ** యని ధర్మములయందును, శ్రు॥ అజినం వాసో వా దక్షిణత ఉపవీయ॥ అని శ్రుతియందును విధింపఁబడియెను. అపరిశుద్ధమగు నఖః కాయసంస్పర్శంబున సంభవించు నశుద్ధి పరిహారమునకై వస్త్రముధరింపగనె యాచమనము విధింపఁబడినది.

పుండ్రధారణము.

అనంతరము పుండ్రము ధరింపవలయు. ఇందు రెండు విధముల వికల్పములు గలవు. కొందఱు తిర్యక్పుండ్రమును, మఱికొందఱు ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించుచుందురు. తిర్యక్పుండ్రమున భేదము లేదు గాని యూర్ధ్వపుండ్రమున ననేకభేదములు గలవు. పుండ్రములేక చేసినకర్మము నిష్ఫలమని చెప్పఁబడుటవలన పుండ్రము కర్మాంగ మగుచున్నది. సర్వవిధమగు పుండ్రంబు నానాదేవతలను భజించుటయం దాసక్తి గలవారలచే నానాదేవతాచిహ్నముగా ధరింపఁబడుచున్నది. ఎటులన, శైవులు తిర్యక్పుండ్రమును, వైష్ణవు లూర్ధ్వపుండ్రమును ధరించుచున్నారు. శివోపాసన జేయువారలబట్టు ఏకవిధమైనదిగావున మొదట దీనిప్రయోజనము నిరూపింపఁబడుచున్నది. దీనికి త్రిపుండ్రమని పేరు. ఇది భస్మముచే నాచరింపఁబడును.

ఆయాచోట్ల నడ్డముగాఁ బెట్టుకొనఁబడుచుండుటచే దీనికి తిర్యక్పుండ్రమని పేరు కలిగెను. ఇత్యాది ధర్మశాస్త్రములయందును, శ్రుతులయందును, ఉపనిషత్తులయందును విధింపఁబడుచున్నది.

వానిలో జాబాలమను నుపనిషత్తు భస్మముయొక్క స్వరూపమును బాగుగ నిరూపించుచున్నది. ఎట్లనిన, పశుపతియగు పరమేశ్వరునియనుగ్రహముచే పశువుల (జీవుల)యొక్క మలము (దోషము) పరిపక్వమగుటకొఱకు నాదబిందువుల కతీతమగు తత్త్వము త్రివృత్కరణము చేయఁబడును. అదియెట్లన, తమమునుండి రజమును, రజోగుణమునుండి సత్త్వగుణమును పొంది యిట్లు క్రమముగా సత్త్వమునందు లయించి యుండుట కోరవలయు. ఇదియే త్రివృత్కరణము. ఈయర్థమును బోధించుటకే ప్రతికర్మము చేయునపుడును ఈరేఖలు ధరింపవలయు. కావుననే జాబాలశ్రుతి భస్మమును జేయుప్రక్రియ నిట్లు చెప్పెను. గోమయ మగ్నిచే దహింపఁబడి భస్మ మగును. అందు గోవులు నంద, భద్ర మొదలగు పేర్లు కలవియు సుష్టాహారములు తినకుండునవియు కావలయు. గోవులనగా పశువులు (జీవులు) అని శ్రు॥ ఏతావంతో వై పశవః॥ అనుశ్రుతివలన దెలియుచున్నది. ఆగోవులయొక్క మలము గోమయము. అది జీవులయొక్క అవిద్యారూపమగుమలముతో పోల్చఁబడుచున్నది. ఆగోమయము (మలము) అగ్నిరూపుఁడగు రుద్రునిచేఁ గాల్పఁబ

డుచున్నది. అందువలన మొదట నైల్యమును విడిచి కాలునప్పు డెఱ్ఱదనముపొంది కొనకు తెల్లగా శేషించును. ఇందు అగ్ని రుద్రుఁడు. నలుపు అనగా తమోగుణము. ఎఱుపు రజోగుణము. తెలుపు సత్వగుణము. దీనింబట్టి పశువుల (జీవుల) యొక్క యనాదిసిద్ధ మగుమలము రుద్రునియనుగ్రహము లేక దహింపఁబడదు. అట్లు దహింపఁబడగా జనుఁడు శుద్ధసత్త్వ స్వభావుఁడుగా శేషించుచున్నాఁడు. అనునర్థ మేర్పడుచున్నది.

గోమయ మేలాటి దన, గోవుయొక్క శరీరమున పలు విధములగు నోషధులు పరిపక్వ మగుటవలన గలుగునది. గోశరీర మైననో పిత్తప్రధాన మగురోచనమునకు నివాస మైనది. కాన బహుగుణము కలదియు, దధ్యాదులవలన సర్వలోకోపకారక మైనదియు గావున గోశరీరము పరమపవిత్రంబును పరమపూజ్యంబు నైనది. గోశరీరమునగల యాశక్తియే గోమయంబునను గలదు. కావుననే రసవిషాదులదోషంబుల నడచి పరిశుద్ధి జేయునని వైద్యకమున గౌరవింపఁబడియున్నది. అందువలననే స్మృ॥ శోధకద్రవ్యాణి గోశకృద్భస్మచ॥ గోమయము, భస్మము శుద్ధిజేయువస్తువులని కల్పసూత్రకారులచే పేర్కొనఁబడియున్నది. అట్టి గోమయము గ్రహించుటకు అదివరకు మూడుదినములనుండి మంచి[illegible]లదూర్వాద్యోషధుల నావులకు మేపి నాని గోమయమును క్రిందబడ కుండ నంతరిక్షముననె గ్రహింపవలయు. అట్లు గ్రహింపఁబడిన గోమయమును మట్టిపాత్ర

యందుంచగూడదు. లోహశక్తి యధికముగా నుండునుగాన వెండిపాత్రమున్నగువానియందుంచవలయు. అంతమాత్రము చాలదని యందు దాఁపుపాలు మొదలైనవియుఁ జేర్పవలయునని చెప్పఁబడియున్నది. అందు పాలు, పెరుగు, నెయ్యివీనిగుణమందఱు నెరింగినదే. గోమూత్రముగుణమైననో అద్భుతము. ఇది నంజు మున్నగుమహావ్యాధులఁ బోగొట్టును. కాల్పఁబడు నయస్సు మున్నగు లోహముల పరిశుద్ధి చేయును. ఇట్టి గోమూత్రముతో పిడకలు చేసి ఇనుపవిగాక తక్కులోహపాత్రములయందునిచి యెండించి దానియందగ్నిని ప్రవేశపెట్టి పరమేశ్వరరూపముగా భావించుచు విరజామంత్రములచే దహించుచు నడుమ నక్షతలను (బియ్యపుగింజలను) చల్లవలయును. వడ్లుగాని, ఊకగాని యుంచగూడదు. దీనిభావమేమనఁగా, ఎవఁడేని మనుజుఁడు అనేకజన్మములను తన్మూలదుఃఖములను ననుభవించి వానియందధిక మగువిరక్తి నొంది తిరిగి జన్మములు నివర్తించుటకై పూర్వపుణ్యవశమున జ్ఞానము నార్జించియు, ప్రారబ్ధవశమున నిలిచి యున్నదేహమును పునరుత్పత్తిసాధనము గాకుండ పరశివజ్యోతిస్సునందు హోమము చేసి తాను ప్రకాశరూపుఁడై భస్మయోగమును పొందునని గ్రహింపవలయు. ఇట్లు శివజ్యోతిస్సునుండి గ్రహింపఁబడిన భస్మమును శిరమునందును, లలాటమునందును, వక్షమునందు భుజములయందును ధరింపవలయునని శ్రుతి చెప్పుచున్నది. నాభి

యందు, సంధులయందును ధరింపవలయునని స్మృతులయందును, పురాణములయందును జెప్పంబడియున్నది. సంధులయందు కఫ మధికముగా నుండునుగాన అది గట్టిపడిచేష్టకు బాధకమగునని యది గట్టిపడకుండుటకును, సంధులయందే భస్మవీర్యము ప్రవేశించుట సంభవముగావునను నచట ముఖ్యముగా భస్మము ధరింపవలయునని చెప్పఁబడియెను. మఱియు, రోమకూపములయందంతటను దోషము వెడలుచుండుగావున నాదోషము నివర్తించుటకై భస్మముచేత నుద్ధూళనము విధింపఁబడియెను.

అందు భస్మము చేయుమంత్రములు విరజామంత్రములు, ఆమంత్రములయందు సర్వదోషములు పోవుటద్వారా విపాప్మత్వరూప మగుమోక్షము ప్రార్థింపఁబడుచున్నది. ఆ భస్మము మూఁడురేఖలుగా ధరింపబడును. ఈమూఁడురేఖలచే తోచుపదార్థత్రయము నెఱుంగుటయే ఈసంఖ్యకు ప్రయోజనము. అందు నాదరూపమును ప్రకటించుటకై రేఖాకార మేర్పడినది. ఈనాదముచే తెలిసికొనదగినది పదార్థత్రయము. అని శ్రుతులయందుఁ జెప్పంబడియె. వానిసంగ్రహ మేమనిన, పశువు, పాశము, పతి అనుమూఁడుపదార్థములును, బ్రహ్మవిష్ణురుద్రు లనుత్రిమూర్తులును, సత్త్వరజస్తమము లనుమూఁడుగుణంబులును, భూమ్యంతరిక్షస్వర్గము లనుమూఁడులోకంబులును, జాగ్రత్స్వప్నసుషుప్తు లనుమూఁడవస్థలును

చంద్రసూర్యాగ్నులనుమూఁడు తేజస్సులును, అకారోకారమకారంబులను ప్రణవాంతరమాత్రలును, ఋగ్యజుస్సామములనుమూఁడు వేదములును, ఆణవమాయికకార్మికంబు లనుమూఁడుమలంబులును, ఇచ్ఛాజ్ఞానక్రియ లనుమూఁడుశక్తులును, భూతభవిష్యద్వర్తమానంబు లనుమూఁడు కాలంబులును. ఇవ్విధంబున నీసంఖ్యయందుఁ జేరని వస్తువే లేదుగాన సర్వంబును త్రిపుండ్రముచే చెప్పఁబడునని యుపనిషత్తులయందు సవిస్తరముగాఁ జెప్పఁబడియె. ఇట్లు సర్వమును దెలుపుత్రిపుండ్రమును శ్రు॥ త్రిపుండ్రం భస్మనా కరోతి అని శ్రుతి విధించుచున్నది.

మఱియు జాబాలశ్రుతి విభూతి, భస్మ, భసితము, క్షారము, రక్ష అని భస్మమునకైదునామములు కలవని చెప్పుచున్నది. ఈనామములకు దగుకారణంబును కలదు.

లోకమునందు, కపిల, రక్త, కృష్ణ, శ్వేత, చిత్రవర్ణభేదమువలన గోవులు అయిదుభేదములు గలిగియున్నవి. వానిపాలకెట్లు గుణభేదము కలదో వానిగోమయమునకు నట్టిభేదము గలదు. వానిపాలకు గుణభేద మెట్లనిన, ధన్వన్తరి॥ గవాం సితానాం వాతఘ్నం కృష్ణానాం పిత్తనాశనం॥ కఫఘ్నం రక్తవర్ణానాం కపిలానాం త్రిదోషజిత్। అని చెప్పియున్నాఁడు. అందు పృథ్వ్యంశవహ్న్యంశములు పిత్తమున నుండు ననియు ఆకాశవాయువులు చేరి వాత మనియు, జలముమాత్రము కఫ మనియు, అందు పిత్తము పచ్చనిది, ఉత్పత్తిసాధనము బ్రహ్మయనియు, వాతము స్థితిసాధనము, నీలవర్ణము, హరియనియు, కఫము ప్రళయసాధనము, శ్వేతరూపము రుద్రుఁడనియు వైద్యకరహస్యంబున గలదు. అట్లు శ్రుతియు గోవుల భేదమునుబట్టి వానిశరీరకములయందు పృథివ్యాద్యంశములు కలవని యందుండు శక్తులను నిశ్చయించి జనకములగు గోవులభేదమునుబట్టి జన్యమగు భస్మమునకును భేదమును బోధించుచున్నది. అందు పృథివ్యంశము కపిలవర్ణయగుగోవునందధికముగానుండునుగాన దానివలన గలిగినభస్మము భూతి యను పేరుగలది యని చెప్పెను. ఇది రాజులు కోరదగినదిగాన శ్రు॥ ఐశ్వర్యకారణా ద్భూతిః. అని వివరించెను. అట్లే శ్రు॥ భస్మ కల్మష భక్షణాత్ ॥ చిరపరిపాకముచే పరిణతములగు పాపములు శరీరము నాశ్రయించి మలరూపముగా నుండును. జలమునకు మలశోధకత్వముకలదుగాన జలతత్త్వమునకధిష్ఠానమగుగోవువలన కలిగిన భస్మము మలములనాకర్షించు నని భావము. మూడవది భసితము శ్రు॥ భాసనా ద్భసితం ప్రోక్తం॥ అని వివరించెను. సమస్తమును ప్రకాశింపఁజేయునదిగాన భసితమని పేరుగలిగెనని యర్థము. తేజస్సునకు ప్రకాశకత్వశక్తి గలదు. అట్టి తేజస్తత్త్వమున కధిష్ఠానమగుగోవిశేషమున గలిగినది భసితమని భావము. నాల్గవది క్షారము. శ్రు॥ క్షారణా దాపదాం క్షారం॥ ఆపదయనగా నవిద్య దానిని పారదోలునది యని యర్థము. పారదోలుట వాయువుయొక్క ధర్మముగావున ఆవాయుతత్త్వము ప్రధానముగాఁ గల గోవువలనగలిగిన ద

ని భావము. అయిదవది రక్షా, అనునది. శ్రు॥ రక్షారక్షాకరీ సదా॥ భూతప్రేతపిశాదులు భవభీతి వీనినుండి రక్షించునదిగావున రక్ష అని దీనికి పేరుగలిగెనని భావము. ఆసంరక్షణము పరోక్షమైనదిగాన పరోక్షమైనయాకాశతత్త్వము ప్రధానముగా గల గోవువలన గలిగినదని భావము.

ఇక స్నానము చేయగనె భస్మము ధరింపఁబడుటకును, భస్మధారణమున కాగ్నేయస్నాన మని వ్యవహారము కలుగుటకును కారణము నిరూపింపఁబడుచున్నది.

ప్రాతఃకాలమున స్నానము చేసి శుద్ధవస్త్రముల ధరించి భస్మము ధరింపవలయునని విధికలదు. దానిభావ మే మనిన స్నానమువలన శరీరమందంతటను శైత్యము గలుగగా శరీరచర్మ బహిర్భూతములగుమలములు పోయినను లోనిమలములు గట్టిపడును. అవి గట్టిపడునెడ పూర్వము చెప్పఁబడిన విధమున వ్యాధి తటస్థించును. అట్లు వ్యాధి తటస్థింపకుండుటకు సంధులయందును, భ్రూమధ్యమను బుద్ధిస్థానమందును, భస్మము ధరింపఁబడుచున్నది. స్నానముచే శరీరము శుద్ధమైనను బుద్ధిశుద్ధియు నావశ్యకమే. బుద్ధిస్థానమున నుష్ణము గాపాడకున్న బుద్ధిశక్తి యకుంఠితము గానేరదు. మఱియు బుద్ధి ననుసరించి శరీరము ప్రవర్తించుటకును సంధిబంధములయం దున్నకఫము ద్రవీభావము నొందకున్న సౌలభ్యము కలుగదు. కావున సంధులయందును, బుద్ధిస్థానములుగా ప్రసిద్ధము లైనశిరోలలాటాదుల

యందును భస్మము ధరింపఁబడుచున్నది. సర్వసామాన్యముగా కర్మములు చేయుకాలమునందు బుద్ధిశుద్ధియు, సంధిసౌకర్యంబును నపేక్షితములే కావున భస్మధారణము సర్వకర్మాంగ మగుచున్నది. అయినను స్నానమువలన శరీర మంతయు చల్లబడియెగాన నప్పుడు బుద్ధిస్థానాదులయం దుష్ణమును గాపాడుటకై యవశ్యముగా భస్మధారణము విధింపఁబడినది.

భస్మమునకు శీఘ్రముగ జలమును బీల్చుశక్తి గలదని వైద్యశాస్త్రమువలనను అనుభవమువలనను దెలియుచున్నది. జలమును బీల్చుటకు మృత్తికసూర్యకిరణము నపేక్షించునుగాని అట్లుభస్మ మపేక్షింపదు. భస్మఘుటికను గ్రహించి దీనికొన మాత్రము నీరునకు దవిలించినను నీరు నంతను గ్రహించును. శిరోరోగ మధికముగా సంభవించియున్నపుడు భస్మ మొకగుడ్డ సంచియం దునిచి యాసంచిని తలగడగా నిడికొని నిద్రింపవలయునని వైద్యకమునఁ జెప్పఁబడియున్నది. శిరమునందలి కఫమునకు మూలమగుజలము భస్మముచేత నాకర్షింపఁబడి భస్మమునందె లయించునని భావము. ఇంతమాత్రమెగాక జలసంసృష్ట మగుభస్మమునుండి వెడలుసుగంధము పైత్యమును బాగుగ శమింపఁజేయును. స్నానముచేత పిత్తప్రకోపము, ధాతుపౌష్కల్యము గలుగునని చెప్పఁబడియెను. పిత్తము ప్రకోపింపనదియె ప్రతిదినంబును పరిణతమై యనలపిత్తమగుచు వాంతిని

గలిగించును. సజలభస్మముయొక్క సుగంధము లోనం బ్రవేశించి వాంతిని శాంతింపఁజేయును. గాన ప్రాతఃకాలమున సజల మగుభస్మముచే నవగుంఠనము (సర్వావయవములకు పూత) చెప్పఁబడియెను. మఱియు, ప్రాతఃకాలమునందలి సూర్యకిరణములకు పిత్తజనకత్వము కలదని నిరూపణము కాఁగలదు. కావుననే॥ అభుక్త్వామలకం పథ్యం॥ ఈ మొదలగు వచనములచే ప్రాతఃకాలమునందు పైత్యహార మగుపదార్థము సేవింపవలయునని చెప్పంబడి యున్నది. జలసంస్పృష్ట మగుభస్మముయొక్క సుగంధమునకు పైత్యహారత్వము అనుభవసిద్ధము. ఇఁక, ఆగ్నేయం భస్మనా స్నానం॥ భస్మోద్ధూళనము చేసికొనుట ఆగ్నేయస్నాన మనునంశము వివరింపఁబడును. స్నానమనగా బాహ్యము, నాభ్యంతరము నగుమలమును బోఁగొట్టు నొకానొకకర్మము. అందు భస్మద్రవ్యకమునందు ఆగ్నేయత్వ మధికముగాఁ గలదు. ఇందిదిరహస్యము. జలము రోమకూపములద్వారా శరీరమునఁ బ్రవేశించి యందు శైత్యమును గలిగించి మలమును బోఁగొట్టుచున్నది. ఆజల మీకార్యమును నిర్వహించుటకై ప్రవాహ వేగమును, జలాధిక్యమును నపేక్షించుచున్నది. ఏలన, కొంచెము జల మొకయవయవమునఁ బడియెనేని అది వాయువుచేత నారిపోయి కార్యమును నిర్వహింపనేరదు. అందునకై పూర్ణమగు కార్యనిర్వాహమును గోరి తటాకాదులయందుగాని, నదులయందుగాని స్నానము చేయవలయునని

విధింపఁబడియున్నది. భస్మము స్వభావమువలన వాయువుచేగాని, సూర్యకిరణములచేగాని పోవునదికాదు. ఆవాయ్వాదుల సంబంధమునందు ఈభస్మమునకు వీర్యమధికమే యగును. ఆ కారణమువలన భస్మధారణము ఆగ్నేయస్నానమని చెప్పఁబడియెను. అగ్ని నొకచోట నుంచునెడ నెంతవేగముగా లోనఁ బ్రవేశించి నీరునాకర్షించునో భస్మంబు నట్టులే యాకర్షించుగాన శ్లో॥ ఆగ్నేయం భస్మనాస్నానమనియు, శ్లో॥ స్నానాద్యశక్తస్య తత్ం భస్మస్నానం సమాచరేత్ అనియు విధింపఁబడియున్నది.

ఊర్ధ్వపుండ్రము.

ఇఁక నూర్ధ్వపుండ్రము నిరూపింపఁబడును. ఇయ్యది అథోర్ధ్వగతికామానా మూర్ధ్వపుండ్రం విధీయతే॥ ఊర్ధ్వలోకగమనము గోరువారలకు ఊర్ధ్వపుండ్రము విధింపబడుచున్నది యనుశాస్త్రముచే విధింపఁబడుచున్నది. ఆయూర్ధ్వలోకగమనము పరముక్తి, క్రమముక్తి యని రెండు విధములగు. ఇది నిలువుగీరలుగా నుండునుగాన నూర్ధ్వపుండ్రమని చెప్పఁబడుచున్నది. ఇందువిష్ణుభక్తు లధికారులు. ఇది మృత్తిక, చందనము ఈరెండిటిచే ధరింపఁబడుచున్నది. ఈయూర్ధ్వపుండ్రము సచ్ఛిద్రము, అచ్ఛిద్రము, సపాదము, విపాదము మున్నగా ననేకభేదములు కలిగియున్నది. దీనివిధులు, ప్రయోజనములు క్రమముగాఁ జెప్పఁబడును. అందు చందనద్రవ్యకము వాసుదేవోపనిషత్తునందు చెప్పఁబడియెను. గోపీచందన మనునది మృత్తేయనియు,

అది జలముచే నూర్ధ్వముగ ధరింపఁబడవలయు ననియు, ఇది విష్ణుమూర్తికి ప్రీతికర మనియు తెలుపఁబడియున్నది. భస్మము శీఘ్రముగా ద్రవమును కొంచె మాకర్షించును. మృత్తు సూర్యకిరణసహాయమువలన క్రమముగా ద్రవమును నిశ్శేషముగా నాకర్షించును. భస్మము శరీరమున కొంచెము సే పుండును. మృత్తు చిరకాల ముండును. ఈశక్తి శ్వేతమృత్తునం దధికముగా గలదు. అందువల్లనే యిది ధరించిన చోట తెల్లనగా గుర్తు పడుచున్నది. మఱియు దీనిని భగవంతుని చరణరూపముగా ధరించుటవలన గొప్పపుణ్యంబును గలదు. ఇది ధరించినవానికే గాక యీవిషయము తెలిసి చూచినవానికిని సుకృతంబు గలుగును. దీనిరహస్య మేమనగా, భగవంతుఁడగు విష్ణుమూర్తి యందఱకును వందనీయుఁడు. అద్దేవుని చరణ మందఱకు రక్షకముగదా. ఆచరణము రెండుశక్తులయొక్క రూపములచే రెండువిధము లైనది. ఆరెండుశక్తు లేవనిన స్థావరముజంగమమునగు. స్థావర మనగా భూమిజంగమ మన లక్ష్మియు నగు. ఇందు అచేతనముభూమియు, చేతనము లక్ష్మియునగుగదా. అందువలననె లోకమున భూమి అచల యనియు, లక్ష్మి చంచల యనియు వ్యవహరింపఁబడుచున్నది. ఇందు మృత్తురూపమైనది భూమియు, హరిద్రాచూర్ణరూప మైనది లక్ష్మియు వీరును భగవంతునిచరణమున ప్రపత్తి గలవారలే, వారలను ధరించుట వారలకు భర్తయగు విష్ణుమూర్తి మాకు పూజ్యుఁడను భావమును దెలుపుచున్నది.

మఱియు నారోగ్యము, నపవర్గంబును రెండే పురుషులు కోరదగినవి. అందు భూమి సర్వౌషధులకు నివాసభూత మైనదిగాన దానిచేత నారోగ్యంబును, లక్ష్మి బ్రహ్మవిద్యారూపిణి గావున నామెచేత ముక్తియు గలుగు. ఇట్లు భగవచ్చరణముల వలననె యిష్టసిద్ధి గలుగుగావున ఆరోగ్యము నపవర్గము నొసగు స్థావరజంగమముల నధిష్ఠించిన భూలక్ష్మిరూపమైన శక్తిద్వయముచే నాశ్రయింపఁబడినచరణములుగల భగవంతునిచరణములుఁ ధరించుట యావశ్యకము.

ఇందు మాధ్వులు పంచముద్రలతో గూడినపుండ్రమును ధరించుచున్నారు. అందునకు పంచాయుధపరిమండితుఁ డగు నారాయణమూర్తిని స్మరించుటయే ప్రయోజనము. భస్మపుండ్రము, ఊర్ధ్వపుండ్రము ఈరెండును కొన్నిరోగములయందు నివర్తకముగను, కొన్నిపాతకములయందు ప్రాయశ్చిత్తముగను విధింపఁబడినది. ఎట్లన, కఫరోగమునకు॥ మృత్పుండ్రం ధారయే న్నిత్యం మాస మేకం కఫార్దితః॥ కఫరోగి యొకమాసము మృత్పుండ్రము ధరింపవలయుననియు,॥ భస్మచ్ఛన్నో భస్మశయ్యాశయానో రుద్రాధ్యాయీ ముచ్యతే సర్వపాపైః॥ భస్మచ్ఛన్నుఁడై రుద్రాధ్యాయమును పఠించువాఁడు సర్వపాతకముల నుండి విముక్తుఁడగుననియు చెప్పఁబడియుండెను. ఇట్లు మృత్పుండ్రాదిధారణమునకు కఫాదిరోగనివర్తకత్వము లేకున్న నీవచనములు సార్థకములు గానేరవు. ఈవిధమున పుండ్రధారణ

ము సప్రయోజన మనుట నిస్సంశయము. ఇట్లు సర్వకర్మాంగము లగునీపుండ్రములను కులాచారమును బట్టియు నుపాస్యదేవతలను బట్టియు ధరింపవలయు. ఇట్లు పుండ్రము ధరించి ప్రతిదినము సూర్యుఁ డుదయించుటకు ముందు వర్ణానుసారముగా భగవదుపాసనారూప మగుసంధ్యోపాసనము చేయవలయు.

సంధ్యావందనము.

ఏదిమాత్రమున్నను సర్వకర్మఫలము లభించునో మఱియెద్దాని నాచరింప ప్రతిదినంబును దెలియక చేయుపాపములు నశించునో అట్టిసంధ్యావందనము నిరూపించుట ప్రకృతము. దీనియందు ఆచమనము, ప్రాణాయామము, తీర్థతర్పణము, మూలమంత్రజపము, అని నాలుగువిభాగములు గలవు. వర్ణభేదమును బట్టి మంత్రములు, తంత్రములు వెవ్వేరైనను ఈనాలుగంగములు మాత్ర మందఱకు సమానములు. వీనిలో నాచమనముయొక్క ప్రయోజనము నిరూపింపఁబడియెను, ఇఁక ప్రాణాయామాదులయొక్క ప్రయోజనము వానిస్వభావము, వానిలక్షణము తెలుపంబడుచున్నవి

ప్రాణాయామము

ప్రాణాయామమన స్వల్పమైనది కాదు. యోగరహస్య మంతయు నిందుగలదు. ప్రాణాయామ మనునంగము

మాత్రముచే చాలవరకు సంధ్యయొక్క ప్రయోజనము గ్రహింపఁబడును. స్మృతికర్త లందఱును ప్రాణానాయమ్యఅనిప్రాణాయామము నియతముగా ననుష్ఠింపవలయు నని చెప్పుచున్నారు. ప్రాణముల నాయమనముచేయుట (నిరోధించుట) నభ్యసింపవలయు ననియు నట్లు లభ్యసించుటవలన గొప్పఫలము గలదనియు ఋషుల యాశయము.

లోకమున మనుష్యుఁడు కోరదగిన యన్నివస్తువులలో నాయువుకంటె గొప్పవస్తువు లేదు. ఇది యొక్కటి లేకుండునెడ తక్కిన దంతయు నిష్ఫలమే కదా. కావుననే వైద్యశాస్త్రమున॥ ఆయుః పూర్వం ప్రార్థనీయం మనుష్యైః స్వస్యాభావే కస్య హేతోః ప్రయాసః॥ తానే లేకుండిన తాను పడుప్రయాస మెవ్వని కగు. కావున మనుజులు మొట్టమొదట నాయువునె కోరవలయు నని తెలుపఁబడియున్నది. ప్రాణాయామాభ్యాసమున కాయుర్లాభమే ఫలము. శ్వాసము ఖర్చుపడకుండునెడ నాయువు వృద్ధి నొందునని యోగులనిశ్చయము. ఈయంశము వైద్యులు నంగీకరించియె యున్నారు. ఇందు గలరహస్య మిది. ప్రతిమనుజునకును వానివానికర్మమును బట్టి యాయువు నిర్ణయింపఁబడియె యున్నది. ఆయువన ప్రాణధారణమే యగు. ఆప్రాణవాయువు స్వభావముచే నెప్పుడును తిరుగుచుండును. అయ్యది ప్రతిదినము ౨౧౬౦౦మార్లు శ్వాసముద్వారా తిరుగుచుండునని యోగవిదులు కనిపట్టిరి. కా

వున పూర్వకర్మనిర్ణీత మగునాయుర్దినసంఖ్యచే శ్వాససంఖ్యను హెచ్చింప వచ్చినశ్వాససంఖ్యయే ఆయుర్నిర్ణయమున ప్రధానముగాని దినసంఖ్య ప్రధానము కానేరదు.

బుద్ధిమంతుఁ డీయాయువును ధనమునుంబలె నధికముగా ఖర్చుపెట్టకుండునెడ ప్రతిదినము కొంతయంశము మిగిలి మొత్తముదినములమీఁద నదియె యధికముగా పెరిగిన దగును. ఒక్క ప్రాణాయామమును బాగుగఁ జేయునెడ పదునాలుగుశ్వాసములు బిగఁబట్టఁబడును. ఇఁక ప్రతిదినము చేయనగుకర్మమును పూర్ణముగాఁ జేయునెడ నొక్కొకదినమునకు నూఱుప్రాణాయామములు కోరఁబడును. కర్మము నంతను సంక్షేపించి యొక్క సంధ్యోపాసనమాత్రము చేయువాని కైనను ఒక్కొకకాలమునకు పదునాలుగువంతున మూఁడుకాలములకు నలుబదిరెండు శ్వాసము లగును. ఇట్లు ఏడవసంవత్సరము మొదలుకొని యభ్యాసము చేయువానికి ఆయువు నారోగ్యము నియతముగా వృద్ధి నొందు ననుటకు సంశయము లేదు. ఇది యాయువు నయత్నముగా వృద్ధి నొందించుమార్గము. ఇద్దానిని యత్నముతో నింకను నభ్యాసము చేయునెడ నందునకు దగుఫల మెట్లు చేకూరకుండును? కావుననే యనేకులు చాలకాలమునుండి ప్రాణముల నియమించి శరీరమును దృఢపరిచికొని గొప్పగొప్ప సిద్ధుల నొందియున్నారు. ఇట్టి లాయువునకు కల్పతరువుం బోలు నీప్రాణాయామ మార్యులచేతనే కనిపెట్టఁబడియెగాని

దీని నన్యు లెఱుంగరు. ఈప్రాణాయామాభ్యాసము బాల్యముననే చేయవలయు. బాల్యమునందు చిత్తము క్రొత్తవిషయముల గ్రహింప సమర్థత గలదై యుండు. కావుననే డవవత్సరముననే బ్రాహ్మణున కుపనయనము చేయనగు నని మునులు విధించి యున్నారు. ఇట్లు లేడవవత్సరము మొదలుకొని యోగాదుల నభ్యసించునెడ వాని కాయురారోగ్యములు వృద్ధి నొందు ననుట నిర్వివాదము. సగర్భము నగర్భము నని యీప్రాణాయామము రెండువిధములు. రేచకము, పూరకము, కుంభకము నని యిద్దానికి మూఁడంగములు గలవు. ఇందుమంత్రోచ్చారణ లేనిది అగర్భము. మంత్రోచ్చారణగలది సగర్భము. యోగవిదుల యభిప్రాయ మేమనిన వ్యవస్థితముగ ప్రాణము నిరోధించుటకు గానముయొక్క కాలనియముకొఱకు గొన్నియక్షరము లపేక్షితము లైనట్లు ఈప్రాణాయామమునందును కొన్నియక్షరము లపేక్షింపఁబడుచున్నవి. అవి పఠితకవను వెవ్వైరైనది కూడవు. ఎప్పుడు నొక్కవిధమైనవే కావలయు. ఆవర్ణములచే నొక్కొకప్రాణాయామమున నెన్నేసి మాత్రలకాలము సంగ్రహింపఁబడినది తెలియుచుండును. కావున నిందు వర్ణాంతరముల గ్రహించుటకంటె సకలవేదమాతయగుగాయత్రినే వినియోగించుట శ్రేయ మని యీమంత్రవర్ణములే గ్రహించుచున్నారు.

ఇచట మంత్రము నుచ్చరించుటకు శ్వాసముల లెక్కిం

చుటమాత్రమే ప్రయోజనము కాదు. ఇంకేమనిన, గాయత్రీమంత్రార్థము ననుసంధానము చేయుట సంభవించును. ఇట్టి వారలకు ప్రాణాయామముచే హృదయములోని దుర్మలములు నశింప హృదయము పరిశుద్ధం బగుగాన నచ్చట పరమేశ్వరుని ధ్యానంబును సమకూరుటం జేసి మహాఫలంబు గలుగు. అప్పుడు మనస్సు మంత్రార్థము ననుసంధించుటయందును, వాక్కు మంత్రము నుచ్చరించుటయందును, కాయము ప్రాణము నిరోధించుటయందును ఇట్లు త్రికరణములు నొక్క కార్యమునం బ్రవర్తింప గలుగును. ఇట్లు త్రికరణశుద్ధిగా పరమేశ్వరుని ధ్యానించునెడ నాయురారోగ్యములు పెంపొందుననని వేర చెప్ప వలయునా?

ఇఁక నిందు ముద్రాభేదమునకు ఫలము నిర్దేశింపఁబడును. బ్రహ్మచారులు ప్రాణాయామసమయమున అంగుష్ఠము ననామికము ననురెండువ్రేళ్ళచే నాసిక గ్రహింపవలయు నని శాస్త్రకర్తలు నిర్ణయించియున్నారు. అంగుష్ఠము పిత్తనాడి కాధారమగుటచే నగ్నివలె నౌష్ణ్యము నాశ్రయించి యున్నది. నాసికకు దక్షిణభాగమున నున్నపింగళ యనునాడియు సూర్యనాడి యని చెప్పఁబడుచు నుష్ణగుణమునే వహించుచు నంగుష్ఠాగ్రమున నున్న నాడికి సమానజాతిగలది యైయున్నది. కావున నంగుష్ఠాగ్రము దక్షిణనాసాగ్రమున నుంచవలయు. దానం జేసి శరీరమున నుండి కుడిముక్కునుండి వెడలు శ్వాస

ముచేత నాకర్షింపఁబడు నాయుష్ణాతిశయము బొటనివ్రేలియం దుండునాడిచే వెలుపలికి దీయఁబడుచుండును. అట్లే ఎడమ భాగమందును అనామికయందలి కఫనాడిచే ఎడమముక్కున నున్నయిడ యనుచంద్రనాడియందు సంచరించుశ్వాసము ద్వారా శరీరమందలి కఫాధిక్యము వెల్వరింపఁబడుచుండును. కావుననే యీశ్వాసము సోకినయద్దమునందు కుడియెడమముక్కులనుండి వెడలునిట్టూర్పులయందు వర్ణభేదము గానంబడుచున్నది. కఫపిత్తములభేదముచేతనే వానియందు వర్ణభేదమేర్పడియున్నది. బ్రహ్మచారులకు విద్యాభ్యాసము నియతమై యున్నది కావున శరీరపాటవ మావశ్యకము. కావుననే వారలకు కర్మము సంగ్రహముగాను భోజనము యథేష్టముగను విధింపఁబడియెను. వారలు యథేష్టముగా భుజించునెడ జీర్ణశక్తి కలుగుటకై పురుషప్రయత్న మవసరము. కావుననే బ్రహ్మచారులకు మిగుల జీర్ణశక్తిని గలిగించుపిత్తమును ప్రదీపింపఁజేయు ముద్ర విధింపఁబడియె. మఱియు, మనసు పిత్తము ననుసరించి యుండును పిత్తము స్వస్థంబైనంగాని మనస్సు విషయమును గ్రహింపఁజాలదు. కావునను బ్రహ్మచారులకు నుష్ణాధిక్యమును గలిగించు ముద్రవిధింపఁబడియెను. ఇద్దానిచే వారలకు మనశ్శుద్ధిమాత్రమే కాక శుక్రము అస్థులయందు లీనమై శరీరమునకు బలము కలిగించును. కావున నీముద్రయె యతులకును విధింపఁబడియెను. గృహస్థులైననో ఒకవైపున బొటనివ్రేలికోను వే

రొకవైపున తక్కునాలుగువ్రేళ్ళతోను నాసిక గ్రహింపవలయునని విధింపఁబడియున్నది. బొటనవ్రేలిస్వరూపము తెలిసినదే. రెండవవైపున తక్కునాలుగువ్రేళ్ళను చేర్చుట బొటనవ్రేలియందగునుష్ణాధిక్యమును శమింపఁజేయుటకొఱకని గ్రహింపవలయు. దీనివలన వీరియుష్ణగుణము శుక్రము నస్థులయందు విలీనము చేయదు. గృహస్థులకు శుక్రమునం దపేక్ష గలదుగాన వారల కట్టిముద్రయే విధింపఁబడియెను. యతులకు శుక్రాపేక్ష లేదుగాన బ్రహ్మచారులకు విధించినముద్రయే వారికి విధింపఁబడియెను.

రేచకము, పూరకము, కుంభకము నని ప్రాణాయామము మూఁడువిధములు. ఇందు లోపలిశ్వాసమును వెలుపలికి వెడలగొట్టుటకు రేచక మనిపేరు. వెలుపలిగాలిని లోన ప్రవేశపెట్టుటకు పూరక మనిపేరు. గాలిలోపలఁ గదలకుండ పూర్ణకుంభమువలె నునుచుటకు కుంభక మనిపేరు. ఈ మూఁడిటికి ప్రయోజన మేమనిన, వెలుపటనున్న పరిశుద్ధమగువాయువు నిశ్వాసముద్వారా లోపల ప్రవేశించి శరీరమున కుపకారక మగుట పూరకమునకు ఫలము. అట్లు అపరిశుద్ధమగులోనివాయువు ఉచ్ఛ్వాసముద్వారా బైలువెడలుచు లోపలిమలరేణువుల వెలుపలికి వెడలగొట్టి శరీరమున కుపకారక మగుట రేచకమువలనిలాభము. ఇట్లు ప్రాణవాయువు వెలుపలికిఁబోవుచు లోపలికి వచ్చుచును శరీరమును పోషించుచు

న్నది. అయిన నీపురుషుఁడు విషయములయం దగునతివ్యాసంగమువలన నపరిశుద్ధ మగువాయువునుగూడ లోనికి బీల్చుచుండును. పరిశుద్ధ మగుగాలిని పీల్చినను లోపల ప్రవేశించినగాలి రక్తమును శోధించి యందలి మలరేణువులను గ్రహింపకముందే యాగాలిని వెలుపలికి విడుచుచుండును. ఇట్లు విషయవ్యాసంగముచే శ్వాసముల నవ్యవస్థితముగా విడుచునెడ మనుజుఁడు తప్పక చెడిపోవు నని యెంచి భగవంతుఁడు రేచకాదివిశేషములుగల ప్రాణాయామము నుపదేశించెను. రేచకముయొక్క ఫలము రేచనమువలన లోపలిమలరేణువులు వెలుపలికి పోవునని యంద ఱెఱింగినదే. ఇంక యోగదృష్టము, శ్రుతిదృష్టము నగుఫలము ప్రత్యక్షవిరోధము లేకుండ నిరూపింపఁబడును.

శ్రు॥ పద్మకోశప్రతీకాశం హృదయం చాప్యధోముఖం

అను శ్రుతి హృదయముయొక్క స్థితిని చెప్పుచున్నది. హృదయము తామరమొగ్గవలె నుండును. అది యధోముఖముగా నుండును. దానియందు సంకోచవికాసరూపమై సకలప్రాణులకును జీవనాధారమైన యొకశక్తి కలదు. దానిప్రక్కలనే శ్వాసము వచ్చిపోవు ప్రణాడులు గలవు. హృదయమున కిరుప్రక్కల నున్న శ్వాసనాడులు వెలుపలివాయువుచే నిండింపఁబడియుండ వానిచే నాక్రమింపఁబడి హృదయము ముణుఁగుకొనును. హృదయము ముణుఁచుకొనినప్పు డందున్నరక్త

ము నాడులద్వారా శరీరమంతట వ్యాపించును. ఇక శ్వాసవాయువు వెలుపలికి వచ్చినప్పుడు ప్రాణప్రణాడి ముడుచుకొనును. గాన నప్పుడు హృదయము వికసించియుండి రక్తమును తనయందు ధరించుచుండును. ఇట్లు శ్వాసము వెలుపలికి పోవునప్పుడు ప్రాణప్రణాడి ముడుచుకొనుగాన దానినిబట్టి హృదయము వికసించుటయు, శ్వాసవాయువు లోపలికి వచ్చినప్పుడు ప్రాణప్రణాడి వికసించునుగాన దానింబట్టి హృదయము ముడుచుకొనుటయు సంభవించును. ఇట్లు హృదయము ముడుచుకొనుటచే రక్తము దీనినుండి వెడలి శరీరమం దంతట వ్యాపించుటయు, నది వికసించుటచే రక్తము దానియందు యుండుటయు సంభవించుచున్నదిగదా. దీనివలన శరీరపుష్టియు, రక్తప్రచారంబును నియతంబు లగును. మఱియు హృదయము రక్తమును పరిశుద్ధి చేయునదిగాన నచ్చటిమలాంశములు ప్రాణప్రణాడులద్వారా వెలుపటికి త్రోయంబడు చుండుటంజేసి హృదయము, ప్రాణప్రణాడులును శరీరస్థితికి మూలములగుచున్నవి.

ఇందు స్వభావముననె ఉచ్ఛ్వాసనిశ్వాసములవలన శరీరపోషణము జరుగుచున్నది. అయినను జనుఁడు మంచివాయువుతో నిండియున్న పర్వతాగ్రము,నదీతీరము మొదలగు ప్రదేశములయందుండి మితముగ శ్వాసమును విడుచునెడ క్రమముగా హృదయము వికసించి తొల్లిటికంటె నెక్కుడురక్తమును

గ్రహించును. అంత తిరుగ గాలిని పూరించినపుడు అచ్చట పరిశుద్ధమగుగాలిని లోన పూరించుటవలన నందున్నరక్తము శుద్ధినొంది స్థానముల్లు తప్పకుండ ప్రవహించును. మఱియు నప్పుడు గాలిని పూర్ణకుంభమునుంబలె పూరింప నాగాలి హృదయమును బాగుగ సంకోచింపఁజేసి యందున్నరక్తమును వహించునాడులయందు ప్రవేశించి వానిని పరిశుద్ధము చేయును. రక్తముచే నిండియున్నయానాడులు స్నానాదులచే ఘనీభావము నొందియుండెనేని అందున్నరక్తమును కుంభకము చేయఁబడిన వాయువు నిర్మలము చేయును. అట్లు నిర్మలమగురక్తము భ్రూమధ్యమును (కనుబొమలనడుమ) సహస్రారమును పొందును. దానంజేసి మనంబును నిర్మలం బగు. గావున పరతత్త్వమునుధ్యానముచేయ శక్తియుక్తంబగు. నింతియగాక మనస్సు ఇంద్రియప్రణాడులలో ప్రవేశించి వానిద్వారా వస్తుతత్త్వమును గ్రహింపఁజాలి యుండును. కుంభకదశయందగాక యింకొకదశయందు హృదయమున రక్తముయొక్క రాకపోకలు సంభవింప కుండవు. కావున కుంభకదశయే శిరమున నున్నరక్తమును శుద్ధిసేయఁజాలియుండును. కాబట్టి సిద్ధిని గోరువారు దీనికై యత్నించుచుందురు. ఈకుంభకమువలన బుద్ధికి ప్రకాశము,ఇంద్రియములకు పాటవము,ఆయువునకు వృద్ధి రక్తమునకు శుద్ధి,శరీరమున నున్నమలములు తొలగునుగాన శరీరము నిర్మలమగుట యీ మొదలగు ననేకగుణములు గలవు.

ఈకుంభకము శక్తికొలది క్రమముగా పెనుప దగినదై యుండును. ఇదియె ప్రాణగతిని నియమించును. రేచకము పూరకంబును నొక్కవైపునాసికతోనే చేయగూడదు. ఇరుప్రక్కలనుండియు శ్వాసము వెడలుచుండుగావునను, ఇరుప్రక్కల మలము లుండుగావునను నిరుప్రక్కల మార్చికొనుచు చేయవలయు. ఇట్లు లభ్యసించు వానికి కుంభకము క్రమముగా వృద్ధినొంది శ్వాసమును సూక్ష్మమగుసుషుమ్నయందు ప్రవేశపెట్టును. అప్పుడే జీవునకు నిశ్చల మగుస్థితి కలుగుంగాన శరీరంబును వృద్ధ్యాదులకు సాధన మగుసూర్యకిరణాదుల తేజమును గ్రహింపదు. ఈయవస్థయే శ్రు॥ నైన మగ్ని ర్దహతి అనుశ్రుతిచే చెప్పంబడియెను. కావున కుంభకావస్థ యవశ్యము సాధింపదగినది. ఇది యేకకాలమున ఫలింపదుగాన క్రమముగా నభ్యాసము విధింపంబడినది. యౌవనదశయందు చిత్తము నిశ్చలముగా నుండనేరదు గాన బాల్యమునంద దీనియభ్యాస మారంభింపవలయు. వాయువును స్వల్పకాలము ధరించునెడ నది శరీర మంతను వ్యాపింపదు. కావున శరీరము నుశుద్ధిపరచి యారోగ్యమును, ఆయుర్వృద్ధిని నొసంగనేరదు. కాబట్టి ప్రాణాయామమున కుంభకమునే ముఖ్యముగా ననుష్ఠింపవలయు. ఆకుంభకి మొక్కమారు సిద్ధించునది కాదు. కావున తొలుత మూడు, పిదప నాలు, పది, పంద్రెండు మాత్రల కాలముచొప్పున క్రమముగా నభ్యసింపవలయు. ఇట్టియభ్యా

సాతిశయమువలన నిప్పటికిని నీటియందు మునిగి యొకటిరెండు దినంబులు శ్వాసమును ధరించియుండువారు కలరు. పూర్వను కొంద అనేకవత్సరంబులు సమాధియందుండి పిదప కుంభకమునుండి లేచి శ్వాసమును విడిచి రని వినుచున్నారము. కావున యోగమునకు ప్రాణమును బోలు ప్రాణాయామము మహాఫలము కలదియనుట నిర్వివాదము. ప్రాణాయామము యొక్క ప్రయోజనము యోగమునందు వైద్యకమునందును, వేదాగమ పురాణాదులయందును నధికముగా గలదు. ఇందధికఫలము గలదని బౌద్ధాదులును నాసక్తి కలిగి యున్నారు. ఇట్లు సంధ్యోపాసనయొక్క యొకయంగంబునకె యింతఫలము కలిగియున్నది. ఇంక నన్నియంగంబులతో గూడినసంధ్యోపాసనకుగాని యార్యధర్మంబు లన్నింటికిగాని యెంతఫలము కలదో యద్దాని ధీమంతు లూహింతురుగాక.

ఇక ప్రోక్షణమునకు, అర్ఘ్యదానమునకును, ఫలము నిరూపించుట ప్రకృతము. ఇందు వర్ణభేదమునుబట్టి మంత్రములు వెవ్వేరైనను ప్రోక్షణము సర్వసాధారణముగానే విధింపంబడెను. ఈప్రోక్షణము చక్కగఁజేయునెడ దీనికి పిమ్మట జేయంబోవు నర్ఘ్యదానమునకు నధికారము కలుగుట ఫలమని శాస్త్రమునం జెప్పంబడియున్నది. అది యుక్తమే. ప్రోక్షణమున, శిరమున జలము జల్లుకొనుట అదిప్రేళ్ళచేతగాని, దర్భలచేగాని చేయవలయు. అందు దర్భలచే చల్లుకొనుట

ముఖ్యము. దర్భలశక్తియో అద్భుత మైనది. ఎట్లన, త్రిదోషములసామ్యము పొందించు ననియు, అగ్నితో సమానము లనియు, ఉష్ణవీర్యముగలవి యనియు, అతితీవ్ర మైనశక్తి గలవి యనియు, ఇండుపు (చిల్ల) గింజవలె జలదోషము నడచునవి యనియు, లోహమును శోధించునవి యనియు, పితరులకు ప్రియము లైనవి యనియు పుణ్యభూమియందు మాత్రమె యుండునవిగాన పవిత్రము లైనవి యనియు, ననేకవిధముల ప్రొగడ్త నొందుచున్నవి వైద్యశాస్త్రమున దర్భలయొక్క కల్కము సన్నిపాతజ్వరమును పోగొట్టునని చెప్పఁబడియుండుటచే నివి త్రిదోషహరము లని తెలియుచున్నది. ఇవి యగ్నితుల్యము లెట్లనిన, అగ్నిగర్భము లనివీనికి ప్రసిద్ధి గలదు. దర్భలు తడిసి యున్నను నిప్పు తగులగానె సురసుర గాలును. అందువలననె వీనికి అగ్నికీసి బర్హి యని నామముకలదు. ఆనామికయందు కఫనాడి యుండునుగాన దానిదోషము హరించుటకై యాప్రేలి యందు దర్భపవిత్రమును ధరింపవలయు నని నియమింపబడెను. ఇందువలన వీనియందు తీవ్రశక్తి కల దనియు నుష్ణవీర్యము కల దనియు తెలియుచున్నది. ఇండుపుగింజవలె నీరును నిర్మలముచేయుశక్తి వీనియందు గలదని ప్రత్యక్షముగనె కనఁబడుచున్నది. ఎట్లందు రేని, కల్మషల మగు నీరుగల నదులయందు దర్భగుబురులుండునేని యానదియందగుమాలిన్యమును దర్భలాకర్షించుచున్నవి. దానననె యచట లంక లేర్పడుచుండుట. మఱియు, మలినమగు జలమునందు దర్భలు త్రుంచివైచునెడ నాజలము మిగుల తేలిక నొంది నిర్మల మగును. కావున నీదర్భలయందు జలమును శుద్ధిచేయుశక్తియున్న దనుట నిశ్చితము.

మఱియు నీదర్భలను గాల్చి భస్మము చేసి యాభస్మమును లోహములకు బట్టించునెడ లోహములమాలిన్యమప్పుడె నివృత్తి యగును. భస్మసామాన్యము కంచుమున్నగువాని శుద్ధిసేయును. దర్భలభస్మమైనతో రాగిని గూడ శుద్ధిసేయును. కావున నివి క్షారము పులుపురసములు కలిగియున్నవని తెలియుచున్నది. అందువలననె శిల్పశాస్త్రమున బింబముల శుద్ధిసేయుటకు చింతపండువలె శరక్షారంబును విధింపఁబడియె. శిల్పు లిప్పుడు దానినె వినియోగించుచున్నారు. శరక్షారము గలిపిన నీరునందు వెండి, బంగారు నుంచునెడ వెంటనె బాహ్యమలము నివృత్తి యగును. దీనింబట్టి యియ్యది లోహదోషములఁ బోగొట్టునని తెలియుచున్నది. దర్భలయొక్క క్షార మితరక్షారములవలె నల్పవీర్య మైనది కానేరదు. దర్భలక్షారము సున్నమువలె నోరు పొక్కించును. కావున నిది తీవ్రతరక్షారకోటి యందుఁ జేర్చఁబడియెను. దేవతలకు పితరులకును ప్రియము లని శాస్త్రముచేతనే తెలియుచున్నది. పుణ్యభూమి యగు నీభరతఖండంబుననె యుండుటంబట్టి పుణ్యభూమియందు మాత్ర ముండునవి యని తెలియుచున్నది. కావుననె యియ్యవి ఖండాంతరములయందు లేవు. సమశీతోష్ణం బగుదేశంబుననె

యివి పుట్టుచుండును. కాబట్టి కర్మభూమి యగునీదేశంబుననే వీనికి వినియోగంబు కలిగియున్నది.

ఇదిగాక, సూర్యకిరణములకు ప్రచారము బాగుగ నున్నప్పుడె ఈదర్భలకు శక్తి యధిక మగును. కావుననె వీని నమావసనాడు గ్రహించుచున్నారు. అట్లు గ్రహించుట కప్పుడివి బహురసము గలిగియుండుటే కారణ మగు.

కాబట్టి దర్భలతో ప్రోక్షణము చేయగా జలదోషము నివర్తించుగాన నారోగ్యము గలుగు ననుటకు సంశయము లేదు. అన్నివిధముల ప్రోక్షణములయందును నివి వినియోగించుచున్నవి. అట్లు లభిషేకజలమందును కూర్చగ్రంథి యుపయోగింపబడుచున్నది. ఇది యంతయు వీనియందు జలమును శుద్ధి జేయుగుణ ముండుటవల్లనని యె గ్రహింపనగు.

విస్తార మగుజలము గలచోట దర్భ యుండునేని యచట నారోగ్యకర మగుగాలి యుండునని నిశ్చయించి భగవన్ముడగు ధన్వంతరి యారోగ్యశాలనొక్క నిర్మాణమును చెప్పునప్పుడు ఆశాల కీశాన్యదిశను దర్భలతోఁగూడిన గొప్పతటాక ముండవలయు నని వచించియుండెను. కావున దర్భలకు జలశోధకత్వము నిశ్చితము.

మఱియు, శుచి యైనవాఁడుగాని యశుచి యైనవాఁడుగాని సంధ్య నుపాసింపవలయు నని చెప్పుటచే సంధ్యాకాలమున స్నానముచేయుట సంభవింపకున్నను శుచిత్వము.. సంభ

వించుటకై ప్రోక్షణ ముపయోగించును. దర్భలు దొరకకున్నయెడ వ్రేళ్ళచేతనె ప్రోక్షణము చేసికొనవలయు. వ్రేళ్ళు సమదోషము కలవి కావున నట్టివ్రేళ్లచే ప్రోక్షణంబును దోషసామ్యమును గలిగించునదియె యగు,

అనంతరము. శ్లో॥ గోశృంగమాత్ర ముద్ధృత్య జలమధ్యే జలం క్షిపేత్॥ జలము నావుకొమ్మంత పైకెత్తి జలమధ్యమున విడువవలయు. ననువచనముచుబట్టి జలమును గాయత్రీమహామంత్రముచే నభిమంత్రించి విడుచునెడ నదియె నర్ఘ్యప్రదాన మగును. ఇఁకనిద్దాని సంప్రదాయము, ఫలంబును నిరూపింపఁబడును.

అర్ఘ్యప్రదానఫలము.

జలము నావుకొమ్మంతమాత్రముపైని కెత్తి జలమునందు విడువవలయు నను విధివలన ప్రాతఃకాలమున పరమాత్మను ధ్యానించుచు నరుఁడు తూర్పుదిశ కభిముఖుఁడై దోయిలితో జలముగ్రహించి దేవతీర్థముచేత నర్ఘ్యమియ్యవలయు. అంతట సూర్యుని ధ్యానించుచు సకలప్రాణులయొక్క బుద్ధులను ప్రేరణజేయులక్షణము గలపరమేశ్వరుని ధ్యానమున కంగముగా నాత్మప్రదక్షిణము చేయవలయు. ఏలన, సూర్యుం డుదయింపకముందు స్నానాదులచే సమధాతువులు గలశరీరమునకు బుద్ధిప్రసారణమునకై రక్తముయొక్క ప్రచార మపేక్షింపఁబడును. సూర్యోదయానంతరముపోలె సూర్యుం డుదయింపకముందు రక్తము స్వభావమున ప్రసరింపదు. మఱియు, స్నా

నమువలన చలిగొని శుక్రము ఘనీభవించి యున్నవానికి సూర
కిరణపరిసారము గలిగినగాని కౌశలము గలుగనేరదు. కావున
సూర్యకిరణము లెప్పుడు వచ్చునాయని నిరీక్షింపఁబడుచున్నవి.
అప్పు డింకొకపని చేయవీలులేదు. నిద్రించునెడ శరీరమునకు
తిరుగ మలసంబంధము కలుగును. కావున నిద్రింపగూడదు.
ఊరకున్నయెడ మాంద్యము కలుగు. కావున నూరకుండఁగూ
డదు. ఈకారణముననే సూర్యుం డుదయించునప్పుడు ముందు
గా మందేహు లనురాక్షసులుసూర్యు నడ్డగింతు రనుశ్రుతియీ
యర్థమును గూడ బోధించుచున్నది. ఇందు మందేహాశబ్దము
విమర్శించునెడ బుద్ధి మాంద్యమునె చెప్పును. (మంద+ఈహా=
బుద్ధి. మందబుద్ధి. ఇదియే బుద్ధిమాంద్యము) దీనివలన లౌకిక
వ్యవహారము నపుడు నిర్వహించుకొనుటకు శక్తి యుండదు.
అట్టిశక్తి నార్జించుటకొఱకును, చిత్తమునకు, శరీరమునకును క
ష్టముచేయు శక్తి గలుగుకొఱకును వ్యర్థముగాఁబోవుచున్న కాల
మును భగవంతుని యుపాసనమునందు వినియోగించుట
న్యాయము.

ఇదిగాక, నిర్వ్యాపారముగానుండుట మాంద్యహేతువు
గాన నప్పుడింద్రియములు భగవంతునిధ్యానమున వినియోగపర
చఁబడియెడిని. సమస్తకర్మములు సఫల మగుటకై మొదట
పరమేశ్వరునిధ్యాన మావశ్యకము. ఈశ్వరానుగ్రహముననె
కర్మము ఫలప్రద మగుగాని కేవలము పురుషప్రయత్నమువలన

కానేరదు. కావున ప్రాతఃకాలమున నవశ్యముగా నర్ఘ్య
మియ్యవలయు.

అర్ఘ్య మిచ్చునెడ బుద్ధిమాంద్య మెట్లు పోవు నందు
రేని వినుఁడు. సమదోషములు కలవానికి బుద్ధిమాంద్య ముం
డనేరదు. అంజలిముద్రచే మూడుమార్లు జలమును విడుచు
నెడ సమదోషత్వము కలుగును. దైవతీర్థ మెప్పుడును త్రి
దోషములను సామ్యము నొందించునదియే. శ్లో॥ అంగుళ్యగ్రే
స్మృతం దైవం॥ అనువచనమువలన చేతి వ్రేళ్ళకొనలయందు దై
వతీర్థ ముండును. స్నానాదులచే శోధింపఁబడినమలము లావి
రిరూపమున నాడులద్వారా బైలువెడలి నాడులకొనల నాశ్ర
యించి యుండును. అందు క్షణముసేపు నిర్మల మగుజలము
ను ధరించి మువ్మారు విడుచునెడ నాడ్యగ్రముల కాశ్రయము
లగు వ్రేలికొనలయం దావిరిగా నున్నమలములు జలమున గలి
సి వెడలిపోవును. దీనింబట్టి యప్పుడు జలము విడుచుట లా
భకరమె యగును.

అట్లైని, కేవలము జలమును బట్టి విడిచినమాత్రముచేత
నె నైర్మల్యము గలుగునెడ అర్ఘ్యదానము హస్తప్రక్షాళనము
తో సమాన మగుగదా యందురేని వినుఁడు.

అప్పు డిట్లు స్నానముచేసి, శుద్ధవస్త్రమును ధరించి,
పుండ్రము పెట్టికొని, కార్యాంతరమున ప్రవర్తింపక, ప్రాణము
ల నియమించి, యాచమనము చేసి, కుశాగ్రములచే జలము

ప్రోక్షించుకొని, పవిత్రుండై, సూర్యకిరణములు లేనందున నింద్రియముల నిరోధించి, యేకాగ్రచిత్తముతో నర్ఘ్యదానమున హస్తయుగమును వినియోగించునెడ నియ్యది హస్తప్రక్షాళనముతోసమ మగునా? కానేరదు.

మఱియు, బ్రాహ్మముహూర్తమున జాగరణము సేయుటవలన నేత్రములయందు నైర్మల్యము గలిగెను. పరమేశ్వరుని ధ్యానించుటవలన చిత్తమునకు నైర్మల్యము సంభవించెను. మలవిసర్గమున కుచిత మగుదిశను గూర్చిపోవుటచే నాడీసంధులకు నిర్మలత్వము వచ్చెను. మలవిసర్జమునచేతను, శౌచముచేతను బాహ్యశౌచము సంఘటించెను. గండూషములచేతను, స్నానముచేతను సర్వాంగశుద్ధి యేర్పడెను. వస్త్రధారణముచే బాహ్యమలములు నివర్తించెను. ఆచమనముచే శ్వాసప్రణాడి శుద్ధి నొందెను. ప్రాణాయామముచే నాతశ్శుద్ధియు, మనస్సునకు నైశ్చల్యంబును కలిగెను. రేచకముచేత లోనిమలములు వెడలిపోవుటయు, పూరకముచేత రక్తశుద్ధియు కుంభకముచేత నాడులయందు వాయువు ప్రవేశించుటచే దార్ఢ్యంబును సంభవించెను. అనంతరము కుశప్రోక్షణవిధిచే కేశములు మొదలుకొని పాదములదనుక తేజము ప్రసరించెను. అంతట దోయిలింతో నర్ఘ్యమును విడుచునెడ నిది హస్తప్రక్షాళనముతో సమ మెట్లగును? అప్పుడు జలముమాత్రము చల్లఁబడుచున్నదా? చూడుడు. సూర్యున కభిముఖముగా నుండు

టయు, ఆత్మప్రదక్షిణంబును, దేవుని ధ్యానించుటయు, మొదలుగా నర్ఘ్యాంగములు గలిగియున్నవి. ఇవి సఫలము లని క్రమముగా నిరూపింపఁబడును. శ్లో॥ అప్రవాహోదకస్నానం విప్రపాదావనేజనం। గాయత్రీజప మర్ఘ్యంచ ఆదిత్యాభిముఖం చరేత్॥ అనువచనమువలన సూర్యున కభిముఖముగా నర్ఘ్యము నియ్యవలయునని తెలియుచున్నది. అటులేని సూర్యోదయముకంటె ముందుగా నర్ఘ్య మిచ్చునప్పుడు సూర్యాభిముఖ్య మెట్లు సంభవించునని యడుగుదురా? అందునకై స్మృతి శ్లో॥ ఈషన్నమ్రః ప్రభాతేతు మధ్యాహ్నే ఋజుసంస్థితః। గాయత్ర్యా ప్రక్షిపే దర్ఘ్యం సాయంతూపవిశ న్భువి॥ కొంచెము వంగినవాఁడై ప్రాతఃకాలమునందును, సమముగా నిలుచుండినవాఁడై మధ్యాహ్నమునందును, కూర్చుండినవాఁడై సాయంకాలమునను నర్ఘ్య మియ్యవలయునని చెప్పుచున్నది.

ఇది యుక్తమే. ప్రాతఃకాలమున సూర్యుఁ డుదయింపఁబోవుచు భూమియం దున్నమనకు కొంచెము దిగువన నున్నవాఁడు. అయినను ఆసూర్యునికిరణశక్తి భూమిని వేధించుచు మనుజునియందు సంక్రమించుచున్నది. కావున నప్పుడు కొంచెము వంగినవాఁడై అర్ఘ్యము నియ్యవలయు నని యున్నది. మాధ్యాహ్నమున నైననో సూర్యుఁడు స్పష్టముగా కనపడుచున్నాఁడు. కావున నప్పుడు ప్రత్యక్షముగా శిరముచే సూర్యకిరణములసారము గ్రహించుటకొఱకు నిలుచుండి యర్ఘ్యము

నొసఁగవలయు నని చెప్పఁబడెను. సాయంకాలమునందు సూర్యుఁడు కనఁబడుచుండఁగనె ఆర్ఘ్యము నియ్యవలయు. అప్పుడాసూర్యునిశక్తి తగ్గిపోవుచున్నది. గాన కూర్చుండి యర్ఘ్యము నియ్యవలయు నని యున్నది. సూర్యాభిముఖ్యము ముఖ్యము గావున ప్రాతఃకాలమునందు సర్వరోగహరంబును, పిత్తప్రధానంబును నగు సూర్యకిరణములసారము అప్పుడు భూమినిరుపార్శ్వముల వేధించుకిరణములద్వారా జలములయందుఁ బ్రవేశించియున్నది. కావున వానిద్వారా శరీరమునఁ బ్రవేశించి శరీరమును మిగుల పరిశుద్ధి నొందించుచున్నది.

ఇట్లు సూర్యకిరణశక్తిచే శోధింపఁబడిన వ్రేళ్లు గలహస్తముచే జలము నింకొకజలమందుగాని, దర్భతో గూడిన నేలయందుగాని విడుచునెడ నప్పుడె యచ్చటినుండి యొకానొకశక్తి బైలువెడలి మనుష్యునిశరీరమునఁ బ్రవేశించును. దానిచే శరీరమునకు పారిశుద్ధ్యము ప్రబలమగును. కావున నీయర్ఘ్యదానము జలము చల్లుటతో సమానముగాని, నిష్ప్రయోజనముగాని కానేరదు. ఇఁక ధ్యానము విశేషింపఁబడును.

ధ్యానము.

ధ్యానమునకపేక్షిత మగునంగజాత మంతయు మేల్కాంచినది మొదలు సంపూర్ణ మయ్యెను. కావున సూర్యుం డుదయించుటకంటె ముందు భగవద్ధ్యానముతో గూడ నర్ఘ్య మొసంగుట యావశ్యకము. ఏలన జాగరణాదులచే

శుద్ధములగు నింద్రియప్రణాడులకు అదివఱకు లౌకికవ్యాపారము నప్రవేశము లేదు. ఇంద్రియములను పనులయందు ప్రవేశపెట్టుటకు ముందు భగవంతునియందర్పించి యద్దేవునిచే ననుగ్రహింపఁబడి నపదంపడి వానిని తగినపనులయందు వినియోగించుట కార్యసాధనము. సూర్యకిరణములు వెడలగనె యింద్రియములు స్వభావముననె లౌకిక కార్యములయందు ప్రవర్తించుచుండును. కావున నాయింద్రియములు ముందుగ ధ్యానమున వినియోగింపఁబడుచున్నవి.

ఈధ్యాన మప్పుడు కేవల మార్యులచేతనే చేయఁబడుట లేదు. ఇఁక మ్లేచ్ఛులును ధ్యానమునకై యాఱుకాలముల నియమించికొని ప్రాతఃకాలమున ధ్యానము చేయుచునె యున్నారు. బౌద్ధులును నప్పుడే చేయుచున్నారు. జైనులును సూర్యకిరణములు రాకముందే భగవంతుని ధ్యానింపవలయు నని నియమించుకొనిరి. ఇట్లు నియమము చేసికొనినవీరల కందఱకు నొక్కయభిప్రాయ ముండితీరవలయు. అది యే దందురేని, పనులయందు ప్రవర్తింపఁబోవు నింద్రియముల ముందుగాఁ భగవంతునియందుఁ బ్రవేశపెట్టుట న్యాయ్య మనునదియే. కావున నర్ఘ్యంబును, ధ్యానంబును సఫలంబు లని యేర్పడినది. ఇఁకనందు వినియోగింపఁబడుమంత్రంబును సకలజీవులయొక్క బుద్ధిని ప్రేరణచేయు, బ్రహ్మమునే బోధించుచున్నదిగాన నామంత్రమున కందు నుపయోగము లేకపోదు. ఆమంత్రము కర్తవ్య

మగునర్థమునే తెలుపుచున్నది గాన సార్థకమే యగు.

ఆత్మప్రదక్షిణము.

ఇట్లు సూర్యాభిముఖ్యముచే పరిశుద్ధి నొందిన చేవ్రేళ్లకొనలచే జలమును విసువఁగా నాజలమునుండి వెడలుశక్తిసారము శరీర మంతట వ్యాపించుటకై యాత్మప్రదక్షిణము (చుట్టుతిరుగుట.) విధింపఁబడియె. అర్ఘ్యోదకమునందు పుష్పములు, దర్భలు నుంచవలయు నని కాత్యాయనుఁడు, హారీతుఁడు, భరద్వాజుఁడును చెప్పియుండిరి. ఒకచోట దర్భలేని సంధ్యోపాసనమే నిష్ఫల మని నిందింపఁబడియె. అందు దర్భల గుణము తెలిసినదె కదా. పుష్పములయందును సౌగంధ్యముచేత నతిసూక్ష్మమగు ప్రాణవాయువునకు దార్ఢ్యము గలిగించుగుణము కలదు. కావుననే భోజుఁడు పుష్పములచేతను, దర్భాగ్రములచేతను మిశ్రిత మగున ర్ఘ్యమును ఇయ్యవలయు నని యారోగ్యలాభప్రధాన మగుచారుచర్యయందుఁ జెప్పియున్నాఁడు. ఇందు అర్ఘ్యదానమె ముఖ్యము. అందును పరమేశ్వరధ్యానము ముఖ్యము. కావుననె యొకప్పుడు సంకటమున జలము దొరకనియెడ మంత్రముమాత్రము చదివినను కర్మము చెడనేర దని స్మృతులయందుఁ గలదు. కాబట్టి యర్ఘ్యదానము హస్తప్రక్షాళనముతో సమము కానేరదు. ఆ కారణముననే కాలము తప్పకుండ నర్ఘ్య మిచ్చుచున్నవానికి బుద్ధి విపులముగా నుండుచున్నది. అందువలన మందేహుల

నురాక్షసులను సంహరించుటకొఱకీయర్ఘ్య ముపయోగించు నని వచించు వేదవాక్య మర్థవాద మనియు, ఈవాక్యమును శోధింప మందేహాశబ్దము మందబుద్ధినే బోధించు ననియు కొందఱు చెప్పుచున్నారు. పరోక్షమున నిజముగా మందేహులనురాక్షసు లున్నను, వారల నీయర్ఘ్యము సంహరించుచున్నను, ప్రత్యక్షమున మందబుద్ధిని తొలగించుచుండుటంజేసి మనకీ యర్థము గ్రాహ్యముగనే తోఁచుచున్నది.

ఇచ్చోట సూర్యునే ధ్యానముచేయవలయు నని స్మృతులు చెప్పుచున్నవి. శ్రుతులైననో సూర్యునియందున్న పరమేశ్వరుని ధ్యానము చేయవలయు నని నిర్ణయించుచున్నవి. అందగురహస్య మేమనిన, అనేకబ్రహ్మాండములను ధరించునఖండితమైనయొక ఈశ్వరశక్తి కలదు. అదియే శ్రు॥ యేనేదం భ్రామ్యతే బ్రహ్మచక్రం॥ అను శ్రుతిచే చెప్పఁబడుచున్నది. ఈశక్తియే సూర్యమండలమునుండి వెడలి భూమిని, భూమియందగుజీవకోటిని సర్వమును వ్యాపించి భ్రమింపఁజేయుచున్నది. ఆశక్తియే మాకుపాస్యమైనది. అద్దానికి చైతన్యంబును గలదు. ఈయంశ మీశ్వరనిరూపణమున నిరూపింపఁబడును.

అటులేని అర్ఘ్యదానము సూర్యు నుద్దేశించియా? లేక సూర్యమండలాంతర్వర్తి యగునీశ్వరు నుద్దేశించియా యని యడుగుదు రేని వినుఁడు

వేదము బ్రహ్మాండముల కన్నిటిని సాధారణమైనది

గాని యొక్క లోకమునకే సంబంధించినది గాదు. కావున సర్వసమ మైనకర్మమునే విధించును. అట్టియెడ మనకు సూర్యమండలమే యుపాస్య మగునేని ఆసూర్యమండలమున నున్నవారు వేఱొకసూర్యు నుపాసింపవలయు. ఇంకొకసూర్యుఁడు లేఁడనుటకు వలనుపడదు. శ్రు॥ యస్మిన్ సూర్యా అర్పితా స్సప్తసాకం॥ అనుశ్రుతియే యేడ్గురు సూర్యులు కలరని చెప్పుచున్నది. కొందఱుశోధకులు బృహస్పతిని నాల్గవచంద్రునిగాఁ గనిపెట్టిరి అట్లే పూర్వపురుషులును కశ్యపుని ఏడవసూర్యునిగా నిర్ణయించిరి. అందు సూర్యునకేవి యుపగ్రహములో వానికాంతి సూర్యునియధీన మనియు, తక్కుసూర్యులకాంతి కశ్యపుఁడగు మహాసూర్యు నధీన మనియు శ్రు॥ తే అస్మై సర్వే కశ్యపా జ్జ్యోతిర్లభన్తే॥ అనుశ్రుతి చెప్పుచున్నది. ఇట్లు మనపూర్వపురుషులతపోరాశి యైనవేదమువలననే కశ్యపుఁడు మొదలుగా నేడ్గురు సూర్యులు కలరని తెలియుచున్నది. కాబట్టి సూర్యమండలముగాని, సూర్యుఁడుగాని యుపాస్య మని చెప్పునెడ ఉపాస్యవస్తువు వ్యవస్థితము గాదు. సూర్యున కంతర్యామి యగుపరమేశ్వరుఁడె యుపాస్యవస్తు వని యంగీకరించునెడ నిశ్చితమగుచున్నది.

తైత్తిరీయమున మహోపనిషత్తునందుగాయత్రీరహస్యము బాగుగ నిర్ణయింపఁబడియున్నది. అందు మొదట సూర్యమండలముప్రస్తావింపఁబడుచున్నది. అయ్యది తేజోమయ

మైనది. మనజీవనము సూర్యమండలప్రభాధీన మైనదిగావున నామండలము అపరిచ్ఛిన్న మగుపరమేశ్వరశక్తి నుపాసించుటకు స్థాన మని చెప్పఁబడియె. ఆమండలమే యుపాస్యము కాదు. ఇఁక మండలమున కాధిపత్యము వహించినసూర్యుఁ డనుదేవుఁ డుపాస్యుఁ డగు. ఈయుపాసన సూర్యునందె పర్యవసానము నొందదు. ఇఁక నాసూర్యున కంతర్యామియు, సర్వధీచోదకుండు నగుపరమేశ్వరునందు పర్యవసానము నొందును. అని యీ యర్థమును శ్రు॥ ఆదిత్యోవా ఏష ఏత న్మండలం తపతి॥ అని ఉపాసనాస్థాన మగుమండలమును, దాని కధిపతి యగు నాదిత్యుని మొదట ప్రస్తావించి, పిదప శ్రు॥ య ఏషోన్త రాదిత్యేహిరణ్మయః పురుషః॥ అనువచముచే సూర్యున కన్తర్యామి యగుహిరణ్మయపురుషుని నిరూపించి, పిమ్మట శ్రు॥ నమోహిరణ్యరూపాయ హిరణ్యపతయే అంబికాపతయ ఉమాపతయే పశుపతయే నమో నమః॥ అని తదంతర్యామిస్వరూపమును స్పష్టీకరించెను.

ఈనిర్ణయమెఱుంగక కొందఱు, ఆర్యు లచేతన మగుసూర్యమండలము నుపాసించుచుందురని యాక్షేపించుచున్నారు. ఆర్యులు సూర్యమండలమునుగాని తదధిపతినిగాని యుపాసింపరు. ఇఁక నామండలాధిపతి కంతర్యామి యైనపరమేశ్వరునే యుపాసించుచున్నా రని నిర్ణయింపఁబడియెఁగదా?

మీశాస్త్రము సూర్యమండలమున కధిపతి యగుసూర్యునిహృదయమున నున్నఅంతర్యామిని ఆర్యుల కుపాస్యునిగాఁ

జెప్పునేని? ఆసూర్యమండమున కేమి లక్షణము? ఆమండలము న కధిపతి యగుసూర్యున కేమి లక్షణము? ఆయధిపతి కంతర్యామి యగుపరమేశ్వరున కేమి లక్షణము? ఆయనయుపాసన కేమిలక్షణము? అని యడుగుదురేని వారల కిది సమాధానము.

మా శాస్త్రము సూర్యమండలము తేజోమయ మనియు అది సోమాదిసర్వగ్రహములను ప్రకాశింపఁజేయునది యనియు అందు సయోనిజు లగు వాలఖిల్యాదు లుందురనియుఁ అదిసంవత్సర మను కాలము నిర్ణయించుటకై మూఁడుకాలము లనునాభులు గలచక్రమందు సంచరించు ననియు సర్వభూతముల యారోగ్యము. అంకురముల పుట్టుక వర్ణము మొదలగువానికి కారణమనియు మనుష్యాదు లుండుటకు నుపయోగించు తనయుపగ్రహములయందు వసించుచున్న వివేకు లగుజనుల యుపాసనకొఱకు స్థానం బనియు, అనేకము లగునుపగ్రహములతో గూడిన దనియు, క్రమముగా జ్ఞానోదయమునకు కారణ మగుటచే వేదరూప మనియు చెప్పెను. ఇఁక మండలాధిపతి యగుసూర్యుని, ఆదిత్యుఁ డనియు, కాశ్యపి యనియు, వాలఖిల్యముఖసేవితుడనియు, పుణ్యవంతులచే పొందదగినవాఁ డనియు చెప్పెను. ఇఁక నాయాదిత్యాంతర్యామి సర్వోపాస్యుఁ డనియు, సర్వధీప్రేరకుఁ డనియు. సర్వసాక్షి యనియు, పరమేశ్వరుఁ డనియు, పశుపతి యనియు ఉమాపతి యనియు, నీలగ్రీవుఁ డనియు చె

ప్పెను. ఇక నేమి చెప్పవలయు? ఫలప్రదుఁ డనియే ఆదిత్యాంతర్యామి యగుపరమేశ్వరుఁ డుపాసింపఁబడుచున్నాఁడు. సూర్యుఁడు తానంతన ప్రకాశించువాఁడు గావునను, మనదృష్టిచే గొప్పవాఁడు గావునను అందు ఉపాసన పండితులు మొదలుకొని పామరులవఱకు విధింపఁబడినది. ప్రాతఃకాలము మొదలగునియతకాలములయం దుపాసన ఆర్యుల కందఱకు సాధారణ మైనది. కావున నితరులచే కనిపెట్టఁబడనిసర్వరక్షక మగు మార్గము ఆర్యులచేతనే కనిపెట్టఁబడియె. అందాదిత్యోపాసన చెప్పంబడినను అది తదంతర్యామిని గూర్చి చెప్పఁబడినదియే గాన బాధకము కానేరదు. ఇట్లు సూర్యోపాసనతో గూడినయర్ఘ్యదానాదికము యొక్క మహిమ నిరూపింపఁబడియె

ఇట్లు లర్ఘ్యదానముచేతను ధ్యానముచేతను సకలపాపనిర్ముక్తుండై పరిశుద్ధి నొందినవాఁడు సూర్యాదిగ్రహజాతమునకు తర్పణము చేయవలయు. ఈప్రక్రియతో జపమను నొక యంగము తప్ప సంధ్యోపాసన ముగియును.

ఇఁక జపము అందఱకు సుఖప్రద మనియు పరమాత్మను పొందించు ననియు ప్రతిపాదింపఁబడును.

జపము.

జప మనుకర్మము పాశ్చాత్యులకు, మ్లేచ్ఛులకును గలదు. కాని వారు కాలతత్త్వము నెఱుంగరు. జప మైననో కాలనియత మైనది. అయినను వారు జపమునకు కాలనియమ

ము నేర్పరచిరి. జపము చేయునందఱు భగవన్తుని భజింతురు. అయినను వారు ప్రార్థించవలసినవిధము నెఱుంగరు, మఱికొందఱు ప్రతిదినంబును భోజనంబునకై భగవంతుని ప్రార్థించుచుందురు. అందు మంత్రముతో పనిలేదు. అది మృగములకును కలిగియున్నదే. గాన నిందేమియు గౌరవము లేదు. ఆహారనిద్రాదులు మనుజులకేగాదు. మృగములకును గలిగియున్నవి. అయినను మనుజులకు పరమేశ్వరునిదయచే గొప్పబుద్ధికలిగియున్నది. ఎవరలాబుద్ధిని బాగుచేసికొందురో మఱియెవ్వరలాబుద్ధిని సన్మార్గమునందు ప్రవేశపెట్టెదరో వారలే మనుజులు. కాబట్టి యాహారాదులకై దేవుని ప్రార్థించుననార్యుల పద్ధతి వదలిపెట్టి యార్యులయొక్క జపమను కర్మను సఫలమని నిర్ణయింపఁబడును.

జపము మనస్సుయొక్క కృత్యము కావున మొదట మనస్సుయొక్క శక్తిని తెలిసికొనుట యవసరము. మనస్సుయొక్క శక్తి యేలాటిదన, ఒక్కనిమనసు దోషయుక్తమైనను, లేక సంస్కారయుక్తమైనను బహుశరీరసాధ్యమగునమానుష కర్మమును చేయుచున్నది. ఆర్యులశాస్త్రమంతయు మనసును నియమించి న్యాయ్యమగుమార్గమున నిలుపుటకే యుపయోగించెడిని. కావుననే జ్ఞానము, యోగము, కర్మము వీనిని చెప్పుశాస్త్రములయందంతటను మనస్సును నిగ్రహించుటే ముఖ్యముగా నిరూపింపఁబడుచున్నది. మనస్సన నెట్టిదో చూడు

డు. మనస్సు దోషయుక్తమై స్వప్నాదులయందు బహుశరీరసాధ్యమగుజగద్వ్యాపారము నంతను కల్పించుచున్నది. మఱియు, బలహీనునకు నున్మాదము గలుగునెడ వాని కమేయమగుబలమును గలిగించును. ఇదిగాక, స్త్రీలమనసు భూతావేశదోషము నొందునెడ ఫలువురెత్తలేని పెద్దబండను మోయించును. అగ్ని నార్పును. నిద్రాహారములు లేకుండ కాలము గడుపును. దోషముతో గూడినమనస్సుయొక్క కృత్యము లిట్టివి. ఇదియే సంస్కరింపఁబడియెనేని సింహము, వ్యాఘ్రము మొదలగుమృగముల వశపరచుకొనును. పర్వతముల పొడిచేయును. సముద్రమున సేతువు గట్టును. వివిధయంత్రముల సృజించును. శత్రువుల జయించును. పాండిత్యము గలిగించును. ఇంద్రజాలాదుల గనఁబరచును. రోగముల నిగ్రహించును. మృత్యువును జయించును. అణిమాదిసిద్ధుల సాధించును. సూక్ష్మమగుపరమేశ్వరతత్త్వమును కనఁబరచును. కావున మనస్సుమహిమ అవాఙ్మానసగోచరమైనది. మనస్సుయొక్క కర్మమే జపమని తెలిసినదే కదా. కావుననే జపమార్యులకునిత్యమనియు, బుద్ధిసంస్కారరూపమనియు పెద్దలు నిర్ణయించియున్నారు.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కని భగవంతుని ధ్యానించి స్నానాంతకృత్యములచే శరీరనైర్మల్యమును, ప్రాణాయామము మొదలుకొని యర్ఘ్యదానముదనుక చేయఁబడినకర్మములచే

మనఃస్థైర్యమును పొంది జపము నారంభించును. మొదట ప్రాణాయామముచే శుద్ధి నొంది యర్ఘ్యదానకాలమందు ధ్యానము నాచరించియున్నను మరల నాచరింపఁబోవు నదియు, ధ్యానావృత్తిరూప మైనదియు, మనఃస్థైర్యమే ఫలముగా గలదియు నగు జపముయొక్క సిద్ధికై మరల నాచమనముచేసి, పది ప్రాణాయామము లొనరించి గాయత్రి నావాహనము చేసి యనుసంధానము చేసికొని గాయత్రీమహామంత్రమును వేయిమార్లుగాని, నూరుమార్లు గాని, పదిమార్లు గాని జపము చేయవలయును. ప్రాణాయామములచే పరిశుద్ధ మగుహృదయమునందు ఇంద్రియముల ప్రవేశపెట్టి, హృదయమునందును, సూర్యమండలమందును, సర్వప్రాణులయందును సాక్షియై సన్నిహితుఁడగు పరమేశ్వరుని ధీప్రేరకునిగా భావింపవలయు. అప్పుడు సూర్యుండుదయింపనందున చక్షురాదీంద్రియములు జగద్వ్యాపారమున ప్రవేశింపవు. అట్లు ప్రవేశింపనియింద్రియముల పరమేశ్వరునందు ప్రవేశపెట్టుట సులభ మనియెంచి యుదయముకంటె పూర్వమే జపము విధింపఁబడియె. విషయములయొక్క సాన్నిధ్యము కలిగియుండగా నింద్రియముల నాకర్షించుట సులభము కానేరదు గదా. కావున నీజపము సఫల మనుటలో సంశయ మేమియు నుండదు.

ఇదిగాక, మంత్రముయొక్క మహిమమునకు మనస్సుయొక్క మహిమమే మూల మైనది. మనసు స్థిరత్వము నొం

దకున్న మంత్రముయొక్క మహిమ బైలుపడనేరదు. కావున మనస్సుయొక్క మహిమ కొంత నిరూపింపఁబడియె. మనస్సన నద్దియో పాశ్చాత్యపండితులకు బొత్తిగాఁ దెలియదు. ఎప్పుడును బాహ్యశోధనమునందాసక్తి గలవారలై శవశరీరముల తత్త్వము మాత్ర మెఱింగినవారలకు మనస్సుయొక్క తత్త్వ మెట్లు తెలియును? వారిభాషయందు భ్రూమధ్యశక్తి యనుటకంటె వేఱుగా మనస్సనువస్తువును బోధించుమాటయును లేదు. వారిలో కొందఱు ప్రతిక్షణము ననేకప్రేతశరీరముల శోధించి సహస్రారము (మెదడు) కంటె మనస్సనువస్తువు వేఱుగా లేదందురు. మఱికొందఱు దానిలక్షణ మిట్టిదని చెప్పుటకు శక్యముగాదు గాని మనస్సను నేదే నొకవస్తువు కలదని యంగీకరించుచున్నారు. వారికథ విడుచుదము.

మనవారిలో శాస్త్రకర్తలు మొదలుకొని నేటివఱకును నందఱును మనస్సనునొకవస్తువుకలదని యేకగ్రీవముగ నంగీకరించుచున్నారు. దానిలక్షణము శోధించి కణాదగౌతమవ్యాసమతస్థులు మనస్సు అణురూప మని నిశ్చయించియున్నారు. దానినే మీమాంసకులు విభు వనివచింతురు. యోగులు బౌద్ధులును మనస్సు అణురూపమే. అయినను దానికియోగసంస్కారమువలన విభుత్వము కలుగునని చెప్పుదురు. ఈమనస్సే ఆర్యమతమునకు పునాదియై యున్నది. శ్రు॥ యన్మనసా ధ్యాయతి తద్వాచా వదతి॥ మనస్సుచే నెద్దానినాలోచించునో దా

నినివాక్కుచే పలుకును. అని యీమొదలగు శ్రుతులును, శ్లో॥ మన ఏవ మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయోః॥ బంధమునకు గాని, మోక్షమునకు గాని మనస్సే కారణ మగుచున్నది. అని యీమొదలగు స్మృతులును, శ్లో॥ తన్మనో విలయం యాతి తద్విష్ణోః పరమం పదం॥ మనస్సు ఎచ్చట లయమొందునో అదియే పరమపదమని గీతావాక్యంబును మనస్సుయొక్క మహిమనే ప్రశంసించు చున్నవి.

మనస్సనగా నైదుజ్ఞానేంద్రియములవలన గలుగుజ్ఞానముయొక్క కూటమని యనికొంద ఱందురు. కాని, యోగశాస్త్రజ్ఞులు యోగమే చిత్తవృత్తిని నిరోధించు నని చెప్పుటచేతను, అతీంద్రియయోగముచేతనే మనస్సువశ మగును అని చెప్పుటచేతను, శ్రు॥ ఏషోణు రాత్మా చేతసా వేదితవ్యః॥ మనసైవేద మాప్తవ్యం॥ ఈమొదలగు శ్రుతులు ఇంద్రియములకు గోచరముగాని పరమాత్మ మనస్సునకు గోచరించు నని చెప్పుటచేతను, పంచేంద్రియములకంటె మనస్సు వేఱువస్తువని యేర్పడుచున్నది గాన పంచేంద్రియజన్యజ్ఞానసమష్టియే మనస్సు అని చెప్పుట యెంతమాత్రము యుక్తము కాదు. ఇదిగాక, ఇంద్రియములు పని చేయనిసమయమందును మనస్సు పనిచేయుచుండుట అనుభవసిద్ధమై యున్నది. ఇట్లుండ జ్ఞానేంద్రియములజ్ఞానముయొక్క కూటమియే మనస్సు ఎట్లగును? కాబట్టి సంకల్పము, వికల్పము ధర్మముగా గలమనస్సనునొకవస్తువు వేఱుగా నుండియు

న్న దని యంగీకరించితీరవలయు. ఇట్టి మనస్సుయొక్క స్థితి పాశ్చాత్యు లెఱుంగరు. పూర్వపురుషులు యోగసిద్ధిచే మనస్సు వశపరుచుకొని పరకాయప్రవేశము, బహుశరీరముల పరిగ్రహించుట మొదలగుకృత్యముల సాధించియున్నారు. ఇటులుండగా మాంసఖండముపోలె శరీరాంతర్గతమై విభజింపరాని యొకభాగము మనస్సనిగాని, ఒకభాగముయొక్క శక్తియే మనస్సనిగాని చెప్పుట యెట్లు యుక్త మగును? మనస్సుమాత్రమె స్వప్నావస్థయందు జగము నెట్లు సృజించుచున్నదో అది యందఱెఱింగినదే కదా? అట్లు మనస్సు తపముచే సంస్కరింపబడి బాహ్యజగమునుగూడ సృజించును. మనశ్శక్తివలననె పర్వతమును నియమించుట, సముద్రములను పానముచేయుట, సాగరమును బాధించుట, సకలలోకములయందు సంచరించుట అనేకశరీరముల పరిగ్రహించుట, ఇచ్ఛాధీనభోగముల నార్జించుట, అఖిలదేవతల వశీకరించుట, బహుమంత్రముల తత్త్వము నెఱుంగుట, క్రొత్తగ లోకమును సృజించుట, పరమాత్మను సాక్షాత్కరించుట, మొదలగు పనుల నార్యు లాచరించియుండిరి. ఆకారణమువలననె శ్లో॥ జితే చిత్తే జితం సర్వం॥ చిత్తము వశమగునెడ సర్వము వశమగు నని పెద్దలు వచించియున్నారు.

అట్టిమనస్సుయొక్క కృత్యము ధ్యానముమాత్రమే. అయిన నది యిన్నిటికంటె శ్రేష్ఠమైనదిగాన సర్వమును సాధించును. ఇష్టసిద్ధికి మనోనిశ్చయమే మూలముగాన పెద్దలు శ్లో॥

మంత్రే దేవే తథా తీర్థే దైవజ్ఞే భేషజే గురౌ, యాదృశీ భావనా యత్ర సిద్ధి ర్భవతి తాదృశీ॥ మంత్రమునందు గాని, దేవుని యందు గాని, తీర్థమునందు గాని, జ్యోతిషికునియందు గాని, వైద్యునియందు గాని, గురువునందు గాని మనుజునకు గలభావము ననుసరించియే కార్యసిద్ధి యగు నని వచించియున్నారు. కావున మంత్రాదిమాహాత్మ్యమునకు మనోమహిమయె మూలమనుట యథార్థమే. మనస్సునందు సహజ మగుచాంచల్య మడగి స్థైర్యము కలుగునందాక దీనిమహిమ వెల్వడదు. మనస్సుయొక్క చాంచల్య మడచుటకు జపము పరమసాధన మగును.

అది యెట్లనిన, వినుడు. లోకమున శరీరగతము లగు వాతాదిదోషములు వాతప్రధానాదిపదార్థముల సేవచేతనే వైషమ్యమును విడిచి సామ్యము నొందునట్లు చిత్తంబును సదుపదేశము, మంత్రావృత్తి, ధ్యానము మొద లగుదానిచే చాంచల్యమును విడుచును. దారపుత్రధనాద్యభిమానముచే నతిచాంచల్యము నొందుచుండును. శారీరవ్యాధి కుదిరినను, చింత తొలంగకుండునెడ మనుజునకు సౌఖ్యము లేదు. కావున మనసుయొక్క నిశ్చలస్థితియె సుఖహేతు వగును. అట్టిస్థితి యొకనాడు సాధ్యమగునది కాదు. కావున బాల్యము మొదలుకొని ప్రతిదినంబును కొంత కాలము పరమేశ్వరునిచరణయుగమునందు చిత్తము నునిచి అది చలించుటయు పరమేశ్వరప్రేరణను బట్టి

యే యని యద్దేవుని ధ్యానించుచు నహంకారము విడిచి క్రమముగా నమనస్కయోగముయొక్క పర్యవసానదశ నొంది పరమానందరసనిమగ్ను లగుచున్నారు.

మఱికొంద ఱీయర్థంబు నెఱుంగకున్నను అనుపమశక్తియుక్తము లగుమంత్రాక్షరములయందు నాలుకను, ఏదే నొకదేవతయందు చిత్తమును నునిచి, చేయవలయు ననునిర్బంధము చేతనో? నమ్మకముచేతనో యభ్యాసము చేయుచున్నారు ఎట్లు చేసినను పడినప్రయాసము వ్యర్థము కాదను నమ్మకముతో నుపాసన నియతముగా నిర్బంధింపఁబడియె. సంకల్పధర్మము గలచిత్తమునకు నుపాసన యనుసాధనము లేక నిశ్చలత్వము కలుగనేరదు. చాంచల్యరూప మగుమనోరోగమును శమింపఁజేయుటకై ధ్యానరూప మగుమానసచికిత్సను ప్రాచీను లుపదేశించిరి.

మఱియు పూర్వజన్మకృతము లగుపాతకములు సంస్కారరూపమున చిత్తము నాశ్రయించియుండును. మానసికం బగుజపంబును చిత్తమును సంస్కరించునదియే గావున దీనిచే పూర్వసిద్ధమై మనోగత మైనదుష్కర్మవాసన నశించును. కాబట్టి, శ్లో॥ జపతో నాస్తి పాతకం॥ జపము చేయుటవలన సకలపాతకములు నశించు నని మహర్షులు చెప్పియున్నారు. ఆకారణముననే, శ్లో॥ పూర్వజన్మకృతం పాపం వ్యాధిరూపేణ బాధతే। తచ్ఛాన్తి రౌషధై ర్దానై ర్జపహోమార్చనాదిభిః॥ పూర్వజన్మకృత మగుపాప

ము వ్యాధిరూపమున బాధించుచుండును. ఔషధములచేతను, దానములచేతను, జపము, హోమము, దేవపూజ మున్నగువానిచేతను, నాపాతకము శమించునని వచించియున్నారు.

పూర్వజన్మమున చేసినపాపము ఈజన్మమున వ్యాధిరూపమై యెట్లు బాధించునని కొందఱకు సంశయము కలుగవచ్చును. అది యెట్లనిన, సత్కర్మమువలన చిత్తమునకు తేటదనము గలుగునట్లె దుష్కర్మమువలన చిత్తమునకు కాలుష్యము కలుగుట సహజము. దీనిచే జాగ్రత యుండదు. దానంజేసి ప్రమాద మేర్పడును. ప్రమాదమే మిథ్యాహారవిహారములకు హేతువగును గదా? వ్యాధి గలుగుటకిక నభ్యంతర మేమి? కావున పాపము వ్యాధిహేతు వనుట నిశ్చయమే.

అటులైనను పూర్వజన్మకృతము ఈజన్మమున నెట్లు బాధించునని యడుగుదురేని వినుడు. ప్రతికర్మమునకు విపాకదశ రానిది ఫలము కలుగనేరదు. ఫలకాలము రాకున్న పైరు ఫలించునా? విత్తనమునందు అంకురపత్రపుష్పఫలాదిశక్తియున్నను యుక్తకాలముననే పుష్పఫలాదులు కలుగునట్లు చిత్తమునందు వ్యాధిజనకదుష్కర్మసంస్కార మున్నను ఫలకాలముననే నిజశక్తిని గనపరుచును. కావున నీజన్మమున వ్యాధి గలిగించుట విరుద్ధము కానేరదు. ఔషధములకు వ్యాధినివర్తకత్వము నిర్వివాదమే కదా? వ్యాధికి నిదానమగుపాపము న

నివర్తింపనిది వ్యాధి నివర్తింపదు గావున ఔషధములకు పాపనివర్తకత్వముసిద్ధమే. ఇఁక దానమునకు పాపనివర్తకత్వ మెట్టులన దాతకును దేయ మగుద్రవ్యమునకును గలసంబంధము తెలిసినఁగాని దానముయొక్క మహిమ తెలియనేరదు. సొత్తునకు, యజమానునకును స్వస్వామిభావరూప మగుసంబంధము కలిగియున్నదనుట ప్రసిద్ధమే. ఈసంబంధమే స్వామిభృత్యులయందును శరీరిశరీరములయందును గలదు. అయినను శరీరిశరీరములకు గలసంబంధమే సొత్తునకు యజమానునకును గలిగియున్న దని గ్రహింపవలయు. అది యుక్తమే. మనుజుఁడు తనశరీరము నెట్లు రక్షించుకొనుచున్నాఁడో తనసొత్తునుగూడ నట్లె రక్షించుకొనుచున్నాఁడు. తనశరీరమునం దెట్టిప్రేమానుబంధము కలిగియుండునో. తనసొత్తునందు నట్టిప్రేమానుబంధమె కలిగియుండు. తనశరీరనాశ మెట్టులనిష్ట మో తనసొత్తుయొక్క నాశంబు ననిష్టమే. కావున జనునకు నిజధనము నిజశరీరముంబోలి యుండు ననుట నిర్వివాదము. దీనింబట్టి తనశరీరమునకు పవిత్రవస్తుసంసర్గము సుఖహేతువైనట్లు తనధనమునకు సత్పాత్రదానము సుఖహేతు వగుటయు, తనశరీరమున కపవిత్రవస్తుసంసర్గము దుఃఖహేతు వైనట్లు, తనధనమునకు అపాత్రదానము దుఃఖహేతు వగుటయు ననుభవవిరుద్ధము లగునా? కానేరవు.

మఱియు ఆవిధముననే శరీరియొక్క సుకృతదుష్కృత

ములు శరీరము నాశ్రయించియుండునట్లు సొత్తు నాశ్రయించియుండును. అందువలననే నీచులవలని ప్రతిగ్రహము నిషేధింపఁబడియె. ఇందువలననె దానము పాపనివర్తక మనుట యుక్తియుక్తం బగుచున్నది. ఆయనుభవముననె కాంచనం కర్మవిమోచనమనియు, చిలుముతోఁగాని శీద్రము వదలదనియు మున్నగులోకప్రవాదములు ప్రసిద్ధములై యున్నవి. ఈయంశము ప్రసంగవశమున నిచట కొంచెముగా నిరూపింపఁబడియె. అయినను నైమిత్తిక కాండమున నధికముగాఁ జూడనగు.

ఇఁక, హోమమునకు, దేవపూజకును పాపనివర్తకత్వము ముందు నిరూపింపఁబడును.

ప్ర॥ మానసిక మగుజపమునకు మనస్సును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వ మున్నను వాచిక మగుజపమునకు పాపనివర్తకత్వ మెట్లు?

ఉ॥ మానసిక మగుజపమునకు మనస్సును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వ మున్నట్లే వాచిక మగుజపమునకు శరీరమును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వము కలదు.

ప్ర॥ వాచిక మగుజపము శరీరము నెట్లు సంస్కరించును?

ఉ॥ వాచిక మగుజప మనఁగా, మంత్రోచ్చారణమే కదా? మంత్రోచ్చారణసమయమునందు (మంత్రమునందలి యాయా యక్షరముల నుచ్చరించునప్పుడు) ఆయావర్ణముల కుత్పత్తిస్థానము లగుకంఠము, దవడలు మొదలగునవి చలించుట సం

భవించును. ఆచలనమువలన వానికి సంబంధించిననాడులు కదలును. ఆకదలికయేనాడులద్వారా శరీరగతము లగుదుర్మలములు నివర్తించుటకు కారణ మగుగదా? ఈయంశము నైమిత్తిక కాండమున మంత్రమాహాత్మ్యమునందు విస్తరముగ నిరూపింపఁబడగలదు, గాన నందు జూడనగును.

జపము సకలపాపములను హరించునది గావుననే కలిప్రభావ మెఱిఁగినయార్యులకు సర్వార్థకల్పతరు వగుచున్నది. కావుననె శ్లో॥ కలిం సభాజయం త్యార్యా గుణజ్ఞా స్సారభాగినః। యత్ర సంకీర్తనాదేవ సర్వ స్స్వార్థోఽపి లభ్యతే॥ అని పురాణవచనము కలదు. దీనియభిప్రాయ మిది. సంకీర్తన మనఁగా, గాయత్రిమొదలైన భగవన్నామాంకితము లగుమంత్రములయొక్క జపము. దీనిచేతనే బ్రాహ్మణులు మొదలుకొని యంత్యజులవఱకు నందఱును స్వార్థమును పొందుదురు. స్వార్థ మనగా, స్వ= ఆత్మయొక్క, అర్థము— నిరతిశయసుఖము. అదియే అపవర్గసుఖము, వర్ణభేదమును బట్టి మంత్రములు వేఱ్వేఱైనను వానియర్థ మొక్కటియేగాన ఫలభేదము లేదని యెఱుఁగవలయు.

శరీరతత్త్వముల భేదమును బట్టి ఔషధము వెవ్వేఱైనను ఆరోగ్య మందఱకు సమానమె యగునట్లు బ్రాహ్మణాది వర్ణతత్త్వముల భేదమునుబట్టి మంత్రములుమాత్రము వెవ్వేఱైనను ఫల మందఱకు సమాన మగుటకు సంశయ మొంతమాత్ర

ము లేదు. ఈయంశము వైదికవర్ణనిర్ణయమునం దధికముగా నిరూపింపఁబడియెగాన నందు జూడవలయు.

కలుషభూయిష్ఠ మగునీకలికాలమునందు నిమిషమాత్ర మైనను భగవంతుని ధ్యానించుట దుష్కరము. ఆకారణముననె కలియుగమందు తప మల్పకాలము చేసినను దానికెక్కువఫలము కలిగియున్న దని చెప్పఁబడియె. తక్కుయుగములందు జనులు స్వధర్మనిరతులు సత్యవంతులునుగాన పెక్కురు సత్సంప్రదాయము నొంది సులువుగ నాత్మసుఖము ననుభవించియుండిరి.

ఇప్పుడు సారములేనినేలయందగు పంటకుదోహదమే హేతువైనట్లు యత్నాతిశయమే కారణ మగుచున్నది. కావున జపముమాత్రముననె యిష్టసిద్ధి కలుగునని పైపురాణవచనాభిప్రాయము.

ఏలన, సకలధర్మములలోనను ధ్యానము ముఖ్యమైనది. ఇది చిత్తశుద్ధికి పరమసాధనముకదా? చిత్తశుద్ధిని గోరియే భరతఖండవాసు లనేకకర్మములు చేయుచున్నారు. అందువలననే పెద్దలు శ్లో॥ కర్మణా శుద్ధచిత్తస్య స్వయంబ్రహ్మావభాసతే॥ సర్వకర్మములకు సాక్షాత్తుగాగాని, శరీరముద్వారా గాని చిత్తమును శుద్ధిచేయుట ప్రయోజన మనియు, అట్లు చిత్తశుద్ధి నొందినవానికి బ్రహ్మసాక్షాత్కారము కలుగు ననియు చెప్పియున్నారు.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కాంచినది మొదలుకొని నిరూపింపఁబడినకర్మములు శరీరమున కారోగ్యము కలిగించునవిగాన మనసునకు నైర్మల్యము నొసంగును. తక్కుంగలమంత్రములు మొదలగునవి సాక్షాత్తుగా చిత్తమునకు శుద్ధి కలిగించును.

కావున జపము శుచియైనవానికి, నశుచియైనవానికిని విధింపఁబడినది. శుచియైనవానికి పుష్కలముగను, అశుచియైనవానికిని, అకాలమందు చేసినవానికిని తగునట్లును ఫలంబిచ్చును. ఇట్లు బ్రాహ్మముహూర్తము మొదలుకొని సూర్యోదయముదనుక చేయనగుకర్మకలాపముయొక్క ఫల మీప్రకరణమున వివరింపంబడియె.

ఇది
ఉషఃకాలప్రకరణము.

నిత్యకాండము, ప్రాతఃకాలప్రకరణము.

సూర్యోపస్థానము.

సూర్యుం డుదయించుదనుక గాయత్రీజపము చేసి సూర్యోదయము కాగానే యద్దేవునకు నుపస్థానము చేయవలయు. ఉపస్థాన మనఁగా సేవ. అదివఱకు చేసినగాయత్రీజపముచే నంతర్గతము లగుమలములు నివర్తించెను. స్నానాదులచే బహిర్గతము లగుమలములును నివర్తించెను. అయినను సూర్య

కిరణసంపర్కమువలన గలుగుశోధనచేగాని శారీరము లగుమలములు నిశ్శేషముగా నివర్తింపనేరవు. ఇట్లు రవికిరణసంపర్కముచే శారీరము లగుమలములు పరిపాకంబు నొంది నివర్తించుటయు, స్నానాదులచే శరీరమునకు గలిగిన శైత్యము శాంతించుటయు, తన్మూలమున నింద్రియములకు లాఘవము గలుగుటంజేసి చిత్తమునకు నుత్సాహంబును గలుగునని యెంచి యుపస్థానము విధింపంబడియె. అప్పు డూరక నిలుచుండునెడ చిత్త మన్యవిషయాయత్త మగునని మంత్రోచ్చారణము విధింపంబడియె. ఇట్లు సూర్యోపస్థానమైన పదంపడి అగ్న్యుపాసనము చేయవలయు.

అగ్న్యుపాసనము.

అగ్నిని నియతముగా సేవించునెడ నధికారోగ్యము కలుగును. కావుననే పెద్దలు శ్లో॥ దశవైద్యసమో వహ్నిః॥ అగ్ని పదిమంది వైద్యులతో సమానుఁడని వచించియున్నారు. అగ్ని యారిపోకుండ పదిదినము లుండునెడ దానిభస్మము క్షార మెక్కువ గలిగియుండును. ఆభస్మము త్రిదోషముల హరించును. మఱియు, చిరకాల మగ్నిని పరిచరించునెడ నాయగ్ని కాంతి శరీరమునఁ బ్రవేశించును. అందగు భస్మము ధరింపఁబడుచుండును. దానిపొగ గృహమును వ్యాపించును. ఇందువలన నేమి ప్రయోజన మని యడుగుదురేని వినుడు. అగ్నియందు క్షారము ప్రధానముగా గలయశ్వత్థము మోదుగ, చం

ద్ర, మారేడు, మఱ్ఱి, అత్తి, జువ్వి మొదలగుచెట్లయొక్క సమిధలు హోమము చేయఁబడుచున్నవి. వీనికి రసవస్తుబంధకత్వము, సమదోషకరత్వము మొదలగుగుణములు వైద్యశాస్త్రమునఁ జెప్పఁబడియున్నవి. పర్వములయందు హవిస్సు, గోఘృతము మొదలగునదియు హోమము చేయఁబడుచుండును కావున వీనిపొగపారినగృహములయందు గాని, గ్రామములయందుగాని, దుర్వాయువలనను దుర్గంధమువలనను గలుగురోగములు సంభవింపనేరవు.

కావున ఆస్తికశిఖామణు లగునార్యులు కేవల మాముష్మికఫలమును గాని, కేవల మైహికఫలమునుగాని కోరి సత్కర్మముల నాచరించి రనుట యుక్తము కాదు. రెంటిని గోరి యాచరించి రనుటయే వాస్తవము.

మఱియు నగ్ని శరీరముయొక్క పుట్టుకకు కారణమగుటయెగాక జీవనమునకును సాధకమగుచున్నది. అది యెట్లనిన, స్త్రీపురుషులయొక్క సమాగమమువలన శరీరోత్పత్తి కలుగునని యందఱకు దెలియును. అది కేవలము వారల సమాగమముననె కలుగనేరదు. వారిశరీరమున ప్రవేశించిన బీజశక్తులు రేతోరూపములై యవి గలియుటంజేసి శరీరోత్పత్తి కలుగుచున్నది. రేతస్సు గలుగుటకును రక్తముయొక్క యూష్మమే కారణము.

ఇట్లు కేవలము జరాయుజములయందేగాక అండజము

లయందును ఊష్మబలమువలననే అండము పగులుట సంభవించును. ఇట్లు ఉద్భిజ్జములకును సూర్యకిరణసంపర్కమువలననే అంకురము వెల్వడుచుండును. అట్లు స్వేదజములకును స్వేదమే కారణమగుగాన నాస్వేదమునకు నూష్మమే మూలకారణమగుచున్నది. కావున శరీరముయొక్క యుత్పత్తి యూష్మమువలన ననుట సిద్ధము. ఈయూష్మ మగ్నిగుణమే కావున నగ్నియె యుత్పత్తికారణ మనుట నిర్వివాదము.

ఇట్లే రసాదిధాతువులయొక్క పరిణామమునకును నూష్మమే కారణమగుచున్నది. అదియే క్షుత్తనియు జాఠరాగ్నియనియుఁ జెప్పంబడుచుండును. అది నశించునెడ ప్రాణి యప్పుడె మృతి నొందును. కావున నగ్నియే జీవనమునకును సాధన మనుట నిశ్చయము. అగ్నిపరిచర్యవలన యోగ్యమగు క్షుచ్ఛక్తి కలుగుటయు ననుభవసిద్ధమై యున్నది.

ఈయగ్ని పరిచర్య మనుజులకు పుట్టుకమొదలుకొని సంప్రాప్తమై యున్నది. అది యెట్లనిన వినుఁడు.

శిశువు పుట్టగనె యాయింటియందు అగ్ని నిలుపఁబడుచున్నది. ఆయగ్నిగుణముచేత మలమూత్రాదిదుర్గంధదోషము లడగిపోవును. దానంజేసి యాశిశువు వ్యాధిరహితుండు తేజోవంతుండునై పెరుగును. అనంతరము పనయనకాలమున దలిదండ్రులచే ఫలీకరణహోమాదులవలన నాశిశువు అగ్నిసమక్షముననె సంస్కరింపఁబడుచున్నాఁడు. ఇట్లుపన

యనసంస్కారము నొంది తానె యగ్నిని పరిచరించును. బ్రహ్మచారి గురుపరతంత్రుఁడై విద్యాపరాయణుం డగుటం జేసి యతనికి వైదికాగ్నిధరణ మశక్యము గాన లౌకికాగ్నియందు సమిధలచే హోమముమాత్రము విధింపఁబడియెను. కాని వైదికాగ్నిధరణము చర్వాదిహోమము విధింపబడలేదు. అనంతరము వివాహము చేసికొని స్వతంత్రుండై యున్నప్పుడు అగ్నిని గాపాడుటకు వీలు కలదుగాన లౌకికస్మార్తాద్యగ్నిధారణము విధింపఁబడియె. ఇందు పాకముమొదలుకొని వైశ్వదేవాంత మగుకృత్యమునకు లౌకికాగ్నియు, గృహ్యసూత్రోక్త మగునిత్యోపాసనకు స్మార్తాగ్నియు నుపయోగపడుచుండును.

అగ్నిని నితరగృహమునుండి కొనివచ్చునెడ నచట పక్వమగుపదార్థముయొక్క యంశంబు లాయగ్నియందుఁ జేరియుండునుగాన తాను వారియింటియందు భుజించినట్లె యగునని యెంచి యగ్ని నితరగృహమునుండి కొనిరాఁగూడదని వచించిరి. అగ్ని యవసర మగునెడ మథించుకొనవలయు ననియు, లేకున్న తా మెవరియన్నము భుజింపనగునో వానిగృహమునుండి తేవచ్చు ననియు సూ॥ మంథ్య శ్రోత్రియాగారా ద్వాహార్యః॥ అని సూత్రకారులు వచించిరి. ఇందువలన శ్లో॥ అగ్నిర్దేవో ద్విజాతీనాం ॥ ద్విజుల కగ్ని సేవనీయుఁ డనువచనము యుక్త మగుచున్నది. ద్విజులు చేయునగ్నిపరిచర్యవలననే గ్రామములోని తక్కుంగలజనుల కందఱకు నారోగ్యము కలుగు

చుండుటంజేసి యితరుల కగ్న్యుపాసనము నిర్బంధవిధి కాదయ్యెను. అట్లు చేయ నౌత్సుక్యముగల శూద్రులకును స్వజాతిసహజ మగుసత్వాదిగుణభేదమునుబట్టి తాంత్రికమంత్రములచే అగ్న్యుపాసనాదికర్మానుష్ఠాన మంతయు శూద్రకమలాకరమున నిరూపింపబడియెయున్నది. కావున శాస్త్రకర్తలకు ప్రజలయం దెంతమాత్రము పక్షపాతము లేదనుట నిశ్చయము. ఇహపరసుఖసాధన మగుకర్మానుష్ఠానమునెడ నందఱు సంపూర్ణాధికారు లనుట నిర్వివాదము.

మఱియు నీయగ్న్యుపాసనము మనుజునిపూర్వాపరావస్థల సంధిసమయములయందు సంభవించుప్రకృతివికారములకును నివర్తకమై యుపయోగించుచున్నది. అది యెట్లనిన నాలింపుడు.

శరీరము లనుక్షణము మార్పు నొందుచుండుట స్వభావసిద్ధ మని యందఱకు దెలిసినయంశమే. అయినను సూర్యోదయము, సూర్యాస్తమయము, పర్వములు మొదలగు సమయములయందు గ్రహగతినిబట్టి విశేషించి మార్పునొందునని గ్రహింపవలయు. కావుననే సూర్యాస్తమయాదులయందు వాతాదివ్యాధులును, అమావాస్యాదిపర్వములయందు ఉన్మాదాదులు నుద్రేకించుచుండుట సర్వానుభవసిద్ధము.

దేహదౌర్బల్యము గలవారలకు వాతాదివ్యాధులును, మనోదౌర్బల్యముగలవారలకు నున్మాదాదివ్యాధులును నప్పుడ

ప్పుడు బైలుపడుచున్నవి. దేహదార్ఢ్యము, మనోదార్ఢ్యము గలవారలకు నావిధమున వ్యాధులు బైలుపడకున్నను కాలస్వభావమునుబట్టి యందఱకు శరీరతత్త్వములు మార్పు నొందుచుండు నని యొప్పక తప్పదు. శరీరతత్త్వములు మార్పు నొందునప్పుడు పలువిధము లగువికారములు సంభవించుటయు సహజము. అట్టివికారములు సంభవింపకుండ శరీరములు యథాస్థితముగా నుండుటకే సూర్యోదయాదికాలములయందు అగ్న్యుపాసనము విధింపఁబడినది.

ఇట్లు బ్రాహ్మముహూర్తమున నిదుర లేచినది మొదలుకొని అగ్నిపరిచర్యవఱకు మహాఫలము గలకర్మములు చేయుటంజేసి బుద్ధివికాసము గాంచినజనుఁడు శ్రీమహాపంచాక్షరాదిమంత్రముల జపింపవలయు. అనంతరను పానమునకు, పాకమునకు నుపయోగించుజలము ప్రాతఃకాలమునందు సూర్యుఁ డుదయింపఁగనె గ్రహింపవలయు. ఈయంశము వైద్యశాస్త్రమునందు శ్లో॥ చంద్రాదిత్యసమీరణై ర్విరహితం వర్జ్యం జలం సర్వదా॥ సూర్యచంద్రకిరణములు, గాలియు సోకని జలము గ్రాహ్యము కాదని చెప్పి సూర్యకిరణసంపర్కము గలజలమునే గ్రహింపవలయు నని చెప్పఁబడియున్నది. సూర్యోదయముకంటె ముందు జలము స్నానమున కుపయోగపడునుగాని పానాదుల కుపయోగింపదు.

కావున సూర్యుఁ డుదయింప సూర్యకిరణసంబంధము చే

పాచనగుణము నొందినజలమును ప్రాతఃకాలముననే గ్రహించి వస్త్రముచే వడియపోయువలయు. ఈయర్థము శ్రు॥ ఉద్ధృతపరిపూతాభి రద్భిః కార్యం కుర్వీత॥ అని శ్రుతియు శ్లో॥ వస్త్రపూతం జలం పిబేత్॥ అని ధన్వంతరియు చెప్పియున్నారు. ఇట్లు కర్మానుష్ఠానముచేసి స్వాధ్యాయము నావృత్తి చేయవలయు.

ఇది ప్రాతఃకాలప్రకరణము.

సంగవప్రకరణము.

అహస్సు నైదుభాగములు చేయగా నందు రెండవభాగ మగునాలుగడియలకాలమునకు సంగవకాల మని పేరు. ఈకాలమున కర్మ మెద్దియు విధింపఁబడియుండలేదు. అయినను ఈకాలమే మనుజులకు జీవనాధార మైనది. ఏలన, మనుష్యునకప్పుడే లౌకికవ్యవహారము విధింపఁబడినది. ఇది యుక్తమే. ఉషఃకాలమున లేచి మల విసర్జనము నాచరించి దంతధావనము చేసికొని స్నానముచేసి శుభ్రవస్త్రముల ధరించి త్రిపుండ్రము పెట్టికొని, సంధ్య నుపాసించి, పరమేశ్వరుని ధ్యానించి అగ్నిని సేవించి యున్నవానికి శరీరము, మనస్సు, ఇంద్రియములు నిర్మలము లయ్యెను. కావున నపుడు తనవృత్తిని నెరవేర్చుకొనుటకు నైపుణ్యము కలిగియుండును. ప్రాచీనుల సంప్రదాయ మేమనిన,

రేలుంబవళ్లు నెనిమిదిజాములకాలమును నాలుగుభాగ

ములు చేయగా నందొకభాగము నిద్రకొఱకును, ఒకభాగము కర్మముకొఱకును, ఒకభాగము వృత్తికొఱకును, ఒకభాగము ఆహారము మలమోక్షము, శౌచము, క్రీడమున్నగుశారీరకకర్మములకు నుపయోగపడును. ఇందు నిద్ర బహుసుఖసాధన మైనది. కర్మము పరలోకసుఖమే ప్రధానముగా గలదిగాన నది యొక్కమాఱు తీర్చుకొనుటకు శక్యము కానేరదు. అట్లే ఆహారాదిశారీరక్రియలును జంతుమాత్రమునకు సహజసిద్ధములై యున్నవి. ఇవియు నొక్కమాఱు తీర్చుకొనుటకు శక్యము కానేరవు. వృత్తియు ధనార్జనసాధనము. ఇదియు నానాజనసమ్మేళనసాధ్యముగాన నొక్కమాఱు నెరవేర్చుకొన సాధ్యము కానేరదు. కావున ప్రాతఃకాలమున నాలుగడియలు, సాయంకాలము తొమ్మిదిగడియలు నని వ్యవస్థచేయఁబడియెను. వృత్తికై రెండుయామములకంటె నెక్కువకాలము వినియోగింపగూడదు. సంగవకాలము తనకుదగినవృత్తిని నెరవేర్చుకొన నుపయోగించెడిని. ఆవృత్తియు శరీరము మనస్సు, ఇంద్రియములు నిర్మలములైయుండినఁగాని సాధ్యము కానేరదు. కావున నప్పు డది నియమింపఁబడియె.

తరుచుగ నప్పుడే రాజులు రాజకీయవ్యవహారమునకై యాస్థానమున సింహాసనము నధిష్ఠించినట్లు కవులు వర్ణించియున్నారు. వాణిజ్యపరులచే వ్యాపారము, శూద్రులచే కర్షణాదికము నప్పుడె నెరవేర్పఁబడుచున్నవి. దీనింబట్టి యీకాల

మునందు నిజవృత్తి నెరవేర్చుకొనవలయు.

ఇదిసంగవప్రకరణము.

మాధ్యాహ్నికప్రకరణము.

మాధ్యాహ్నికకాలమునందు స్నానము, త్రిపుండ్రధారణము, సంధ్యోపాసన, బ్రహ్మయజ్ఞము, భగవదారాధనము. వైశ్వదేవానుష్ఠానము, భోజనము కర్తవ్యము లగు. మధ్యాహ్న మనగా, అహస్సు నైదుభాగములు చేయగా నందు మూడవకాలము. అది పదమూడవగడియ మొదలుకొని పదునెనిమిదవగడియవఱకు వ్యాపించియుండును. ఇది అహస్సునకు మధ్యకాలముగాన మధ్యాహ్న మని చెప్పఁబడుచున్నది. ఇందుఁ జేయ నగుస్నానము, వస్త్రధారణము, పుండ్రము, సంధ్య వీనియొక్క ఫలము ఉషఃకాలపటలమున నిరూపింపఁబడినవే యగు. ఇట్లు సంధ్య నుపాసించినవాఁడు బ్రహ్మయజ్ఞ మనుదేవర్షి పితృతర్పణముల నాచరింపవలయు. దేవతలు, మహర్షులు, పితరులును మనలయం దనుగ్రహ ముంచి మనకు మహోపకారము చేసియున్నవారుగాన వారియెడఁ గృతజ్ఞతను గనఁబరచుటకై వారి నుద్దేశించి తర్పణము విధింపఁబడినది. పిదప భగవదారాధనము నొనరింపవలయు. శ్రు॥ నిత్యం త్రిసంధ్యం శివలింగ మభ్యర్చ్య౦॥ అనుశ్రుతిచేత భగవదారాధనము మూఁడుకాలములయందును విధింపఁబడి పెద్దలచే ననుష్ఠింపఁబడుచున్నది.

అయిన నీకాలమునందు భగవదారాధనమునకు దగిన సామగ్రి పుష్కల మగును. గాన నపుడు ముఖ్యముగాఁ జేయవలయు. ఏలన, అప్పటికి గృహశుద్ధి పూర్ణమగు. నివేద్యము లగుభోజనపదార్థములు సిద్ధము లగు. పూజోపయుక్తము లగుపుష్పాదికములు సంపాదితము లగు. కావున నీకాలము ప్రధాన మైనది. ఈయారాధనము భగవంతునియందు నిష్ఠ కలుగుటకై విధింపఁబడియె. ఇయ్యది ప్రాతస్స్మరణము, సంధ్యోపాసన మొదలగువానిచేతనే సాధ్య మగును.

అయిన నిద్దానిచే పరమేశ్వరు ననుగ్రహముచే లభించియున్న యింద్రియవర్గమును, కళత్రము మొదలగుసర్వపరివారమును, పశువులు మొద లగునుపజీవివర్గమును, గృహము మొదలగుభోగ్యజాతమును పరమేశ్వరు నధీనముచేయుట సంభవించునుగాన దానివలన మహాఫలము లభించును. ఈయంశము విగ్రహారాధనమనుగ్రంథమున సవిస్తరముగా నిరూపింపఁబడును. ఐన నిచట ప్రకృతము గాన నద్దానిప్రయోజనములు కొన్ని యిచ్చుట ప్రతిపాదింపఁబడుచున్నవి.

స్వార్థ, పరార్థ, అనిపూజ రెండువిధము లగు. తిరుగ, వ్యక్తపూజ, అవ్యక్తపూజ అని యొకటొకటి రెండేసి విధములు.

ఇందు పరివారముతోఁ గూడినదై తనకు ఆరోగ్యరూప

మగుప్రత్యక్షఫలమును, అక్షయమైనపరమేశ్వరప్రసాదరూపమగు నపరోక్షఫలమును గోరి చేయుపూజ స్వార్థ యని చెప్పఁబడుచున్నది. ఇఁక నశక్తులు, ననధికారులు నగువారి యైహికాముష్మికములను గోరి యొరులచేఁ జేయఁబడుపూజ పరార్థ యని చెప్పంబడును. ఈరెండిటను కరచరణాదులు గలబేరములయందు చేయఁబడునది వ్యక్తపూజ. ఇఁక కరచరణాదులు లేనిబాణలింగాదులయందు చేయఁబడునది అనభివ్యక్తపూజ మొదటిరెంటిలో స్వార్థపూజయు, ఈరెంటిలో ననభివ్యక్తపూజయు శ్రేష్ఠములైనవి. అని పురాణములయందు చెప్పంబడియున్నది. వ్యక్తపూజయందు ప్రతిమలులోహనిర్మితములుగా నుండును. వానియం దద్భుతమైనవిద్యుచ్ఛక్తి గలదు. ఇఁక కొన్ని పంచలోహనిర్మితములు లారాధింపఁబడుచుండును. వానియొక్క దర్శనము, స్పర్శనము, గంధాదిధారణము మిక్కిలి యారోగ్యకరముగా నుండును. అయిన నాప్రతిమలయందు తీర్థశోధకత్వము లేదుగావున బాణలింగమును, సాలగ్రావమును నర్చించుటయే యధికఫలప్రద మగును. అందుననె మహాభారతమున, శతరుద్రీయమునందు శ్లో॥ జన్మకర్మతపోయోగాస్తయోస్తవచపుష్కలాః। తాభ్యాం లింగే ర్చితో దేవస్త్వయార్చాయాం యుగే యుగే॥ కృష్ణార్జునులయొక్కయు, నీయొక్కయు జన్మకర్మంబులును, తపోయోగంబులును సమృద్ధంబులే అయినను వారు పరమేశ్వరుని లింగమునం దర్చించిరి. నీవైననో ప్రతిమయం

దర్చించితివి. కావున వారలు నీకన్న నధికులు. కావున నీవు వారల జయింప జాలవని యశ్వత్థామ నుద్దేశించి వేదవ్యాసుఁడు చెప్పినవచన సందర్భమునుబట్టి కరచరణాదులు లేని లింగాద్యారాధనమె శ్రేష్ఠ మని తెలియుచున్నది.

కరచరణాదులు గలప్రతిమయందు భగవంతుని ధ్యానించుట కన్న కరచరణాదులు లేని బేరమునందు భగవంతుని ధ్యానించుటయందు మనస్సున కధికపరిశ్రమము అపేక్షిత మగును. దానినిబట్టియె ఫలాతిశయము యుక్తియుక్తము నగుచున్నది,

అనభివ్యక్తము లగుసాలగ్రావాదులయందు తీర్థశోధకత్వము కలదని యెట్లు గ్రహింపవలయు ననిన వినుడు.

సాలగ్రావము రంధ్రమున నిమ్మపండురసము నుంచునెడ శంఖమునందుంబలె నురుగు గట్టును. ఈశక్తి సుధ (సోడా) యందుగలదు. దీనింబట్టి సాలగ్రావమునందు సుధ (సోడా) కలదని తెలియుచున్నది. కావున శంఖమునకు, సాలగ్రావమునకు తీర్థశోధకత్వము కలదు. ఈకారణముననె కూపప్రతిష్ఠయందు శంఖమును, సాళగ్రావమును నుంచవలయునని విధింపఁబడి యున్నది. శంఖముఉప్పునీరునందు బెరిగినది. కావుననే దానియందు నిమ్మపండురసము ఉడుకుచున్నది. దీనింబట్టి జలమును నిర్మలముచేయుశక్తి ఇందు గలదని స్పష్టపడుచున్నది.

ఇఁక సాళిగ్రామము శుద్ధము, మధురము, నానౌషధిసారయుతము నగుగండకీజలమునందు ఉత్పత్తిమొదలుకొని పెరిగినది. అందు సజాతీయముల నాకర్షించుశక్తివలన శిలలయందున్నలోహాంశములను సర్వౌషధులయందున్నసుధను [సోడాను) ఆకర్షించి తనయందునిచికొనియున్నది. మఱియు గండకీజలము అత్యున్నతమగు హిమవంతమునుండి ప్రవహించుచున్నది. హిమవంత మత్యున్నత మగుటవలన నీగండకీజలమునకు అతిశుద్ధము లగుఖాతములతో సంబంధంబును, పలువిధము లగునోషధిమూలములతో పరిచయంబును, హిమసంబంధంబును. ధాతూపధాతుసంబంధంబును గలదు. ఇట్టులశిశక్తి గలగండకీజలంబున వృద్ధి నొందినందున వజ్రకీటముయొక్క శరీరంబును నధికశక్తి గలదై యున్నది. కావున నీసాళిగ్రామమునందు బహుగుణంబులు గలవు. మఱియు దీనియందు సౌవర్ణాంశము లుండి కొన్ని జలమునఁ జేరుచుండును.

మఱి బాణలింగంబును శ్రీశైలశిలగాని, శోణ, భద్ర శిలగాని, సువర్ణముఖరీశిలగాని, స్ఫటికశిలగాని, మరకతశిలగాని, శ్రేష్ఠమని ప్రాచీనులచే గ్రహింపఁబడుచున్నది. వీనియం దుత్తమము లగునోషధిశక్తులు, సకల మగులోహశక్తులను గలిగియుండుటనే పరమపవిత్రములని వీనిని పెద్దలు గ్రహించియుండిరి. ఇట్టిశిలలయందు భగవంతుని భావించునెడ జన్మమెట్లు సఫలము గాకుండును?

ఇట్టి బాణలింగమునం దభిషేకము చేయఁబడినజలము ఇందు గొంతకాలము చేరియుండుట నిర్మల మగుఁగాన నాతీర్థమును ప్రాశన జేయునెడ నిక్కముగా శరీరారోగ్యమును గలిగించును. అం దగునీశ్వరభావన మనస్సును నిర్మలము గావించును. ఇట్టిపూజయందు చేతులకు పరిమార్జనము, అభిషేకముపుష్పార్చనము మొదలగువ్యాపారంబును, పాదములకు పూలకు బోవుట, ప్రదక్షిణము, మొదలగువ్యాపారంబును, కనులకు పుష్పశోధనము, గంధశోధనము, నివేద్యశోధనము మూర్తిదర్శనము మొదలగువ్యాపారంబును, చెవులకు ఘంటారవము, పూజామంత్రములు, పుణ్యచరిత్రములు, దివ్యస్తోత్రములు మొదలైనవి వినువ్యాపారంబును, నాలుకకు పూజామంత్రము లుచ్చరించుట, పుణ్యమంత్రములు జపించుట మొదలగువ్యాపారంబును, నాసికకు నిర్మాల్యపుష్పగంధము నాఘ్రాణించుట, ప్రాణాయామము మొదలగువ్యాపారంబును గలుగుగావున నింద్రియము లన్నియు భగవదర్థంబున వినియోగించును.

ఇట్లు గృహపరిజనులును, సూర్యోదయము మొదలుకొని పూజాస్థలమును చిమ్ముట, అలుకుట, రంగవల్లి నలంకరించుట, పూజాపాత్రముల గడుగుట, పూలు దెచ్చుట, గంధము దీయుట, నివేద్యమును సిద్ధము సేయుట, మొదలగుకృత్యములచే పరమేశ్వరునందు చిత్త ముంచినవా రగుదురు.

మఱియు పూజాకాలమున పూజకుఁడు పరిజనులతోఁ

గూడనె ధూపగంధము నాఘ్రాణించును. దీపము నవలోకించును. ఆజ్యగంధము వాసన జూచును. నీరాజనము కనుల కద్దుకొనును. నిర్మాల్యమును ధరించును. తీర్థమును పానము చేయును. నివేదితమై భగవత్ప్రసాదలబ్ధమై, పవిత్రమై యున్న యన్నమును భుజించును. కావున నిందు గొప్పభాగ్యపరంపర కలదు. ఆఫలములు విగ్రహారాధన యనుగ్రంథమున నధికముగా గనబరుపబడును. అయినను ప్రకృతముగా గొన్ని యిందు పొందుపరచబడుచున్నవి.

సత్త్వపూర్ణ మగుబింబముయొక్క దర్శనస్పర్శనములచే శరీరగతము లగునాడుల కొకవిధమగు కదలిక గలుగును. దానంజేసి నాడులయం దగువాతాదిదోషములు శమించునుగాన శరీరము లాఘవము నొందును. ఇట్లు శరీరము నిర్మల మగుటవలన కాయాగ్ని ప్రజ్వలించును. ధూపము నాఘ్రాణించుటవలన శ్వాసప్రణాడులయందు దార్ఢ్యము గలుగును. దీపదర్శనమువలనను, నీరాజనమును కనుల కద్దుకొనుటవలనను నేత్రదోషములు నిర్మూలము లగును. ఇట్లు ప్రతిదినము పరిజనముతో గూడ తమ్ము రక్షించుకొనుచున్నయార్యుల గృహములయం దెన్నడేని విషూచికాదుల వార్తయైనను వినంబడెనా? సత్కర్మానుష్ఠానము క్షీణించినకతంబున నిప్పుడేగదా యట్టిజాడ్యము లార్యగృహంబులయం దడుగు బెట్టుచు

న్నవి. అట్లు నిర్మాల్యధారణంబును సద్గంధముచే శరీరమునకు పుష్టి నొసంగును. ఇందు బిల్వము, తులసి, దూర్వ, తిలాక్షతలు, చందనము మొదలగునవి వినియోగింపబడును. వీనిగుణములు మహత్తరము లైనవి. బిల్వమునకు దర్శనస్పర్శనములచే బలసాధకత్వము, ప్రమేహము, సోమవాతము మొదలగుజాడ్యముల హరించుశక్తి, ఆయసశక్తివర్ధకత్వము, దీపనము, పాచనము మొదలగుగుణములు గలవు. అట్లు తులసికిని సకలశిశుసముజ్జీవనసామర్థ్యము మొదలగుగుణములు చెప్పబడియున్నవి. చందనమునకును సన్నిపాతాంత మగుధాతువైషమ్యమును నివర్తింప జేయుట మొదలగుగుణములు కలవు. ఇట్లు ప్రత్యేకము బహుగుణములు గలపదార్థములను నియతముగా నుపయోగించునెడ నధికారోగ్యము కలుగు నని యేమి చెప్పవలయు?

ఇదియునుంగాక తీర్థమును పానము చేయగా శరీరమందంతటను పవిత్ర మగుజలము ప్రవేశించుటవలన రక్తమును శోధించు ననుట సిద్ధసాధనము. నివేదనమునకై పర్యుషితపదార్థములు కూడ వనునియమమువలన బాలకుల కైన నన్నదోషమువలన గలుగురోగములు పుట్టనేరవు. సూర్యోదయము మొదలుకొని శరీరమును సంస్కరించుకొని వ్యాపారమున బ్రవర్తింప నాకలి కలుగును. అట్టియాకలిని నియమములు లేకయ నివర్తింపజేయునెడ ననేకవిధము లగుదోషములు సం

భవించును. కాఁబట్టి భోజనమునకు ముందు స్నానాదికర్మములు విధింపఁబడెను. పూజయు విధింపఁబడెను. అనివేదిత మగునన్నమును భుజించుట కేవలము నిషిద్ధము. నివేదనాపేక్ష లేకుండినఁ బర్యుషితపదార్థములు నుపయోగింపఁబడును. అందుచే ననర్థములు కలుగును. నివేదనాపేక్ష యుండునెడ పర్యుషితపదార్థము లుపయోగింపఁబడవు.

మఱియు, పూజోపకరణపదార్థములు సంపాదించుటవలన గొప్పప్రయోజనంబును గలదు. ఇందు భగవదభిషేకమునకై క్షీరాదుల సంపాదించుటకొఱకు మలభక్షణాదులు సేయకుండునటులు దూర్వాదులచే గోవుల గాపాడుచుండుటయు నియతమై యున్నది. అట్టిగృహస్థుం డెందేనుండునేని వానియన్నమును భుజించుసకలజంతువులకు చిత్తశుద్ధి కలుగును. దానంజేసి వానికిని సద్వాసనయు, దానివలన ననంతరముత్తమజన్మంబును గలుగుచుండును. కావున పరోపకృతిపరాయణు లగునార్యులయొక్క పద్ధతి పొగడఁదగియున్నది. ఇట్టు లితరులకును తనకును ననంతసుఖము గలిగించునదియు, చిత్తమును పరమేశ్వరునం దుంచునదియు నగుధర్మవిశేష మార్యులయందగాక యితరులయం దెందేని కలదా? లేదు. కావున నీపరమేశ్వరారాధన మార్యులచే కనిపెట్టఁబడినకర్మములలో నెల్ల నిష్టసిద్ధికి కల్పలతం బోలినది. విగ్రహారాధన యనుగ్రంథమునందు దీనికిసహేతుకత్వము, సప్రమాణత్వము, స

ప్రయోజనత్వము అధికముగా నిరూపింపఁబడు గాన నిందు విరమింపఁబడుచున్నది.

ఇఁక పంచమహాయజ్ఞములు నిరూపింపఁబడును.

వైశ్వదేవము.

వైశ్వదేవము ప్రకృతము. శ్లో॥ ఖండినీ పేషిణీ చుల్లీ జలకుంభోథ మార్జనీ। పంచసూనా గృహస్థస్య॥ రోలు, తిరగలి, పొయ్యి, జలకుంభము, చీపురు ఈయైదిటిచేతను గృహస్థునకు ప్రతిదినము జీవహింస సంభవించుచున్నది. ఇది కూడనిదే అయినను విడువ శక్యముగాదు. ఏలన, ప్రాణులకు ప్రాణిహింస లేక మృత్తికాదులచే శరీరపోషణ జరుగనేరదు. ఈ కారణమున దయాశీలురకు ఉపవాసము ప్రాప్తింపగా తరుచుగ నోషధులకే భోజనమునందు వినియోగము నిర్బంధింపఁబడియె.

కావున వివేకియగుమనుజుఁడు భుజింపఁదగినపదార్థము ఓషధిరూపము, ఔషధరూపము, ఫలాదిరూపము అని మూఁడువిధములు. ఇందు ఓషధులకు ఫలపాకముతో నంత మొందుట స్వభావము. అట్లు ఫలింపగా వరిమొదలగునవి ఎండిపోవుచున్నవి. కావున నిందు హింస లేదు. ఇట్లు కందయు పూర్తి నొందగనె కాడలు మొద లగునవి యెండిపోవును గాన నిందును హింస లేదు. ఇట్లు ఫలములును, కందములును భోజనమునందు వినియోగింపఁబడుచున్నవి. ఇట్లు

ఆకులు, పండ్లు, గడ్డలు మొదలగువానిలో నంకురశక్తి లేనిఁగాన భోజనమునకు ఆకులు శ్రేష్ఠములు. అందును వానియంతన వ్రాలినవాని గ్రహించుట యుత్తమము. అంతమాత్రమున ప్రాణధారణము జరుగనియెడ ఆకుల దానుగోసికొనివచ్చియైన భుజింపవలయు. అందునను ఆకలి తీరకున్న పండి వ్రాలినఫలముల గ్రహింపవలయు. అంతమాత్రమునను తనివి తీరకున్న కందమూలములను గ్రహింపవలయును. వానిచేతను పుష్టి కలుగకున్న ధాన్యము మొదలగు నోషధము గ్రహింపవలయు. మనజునకు గావలసినపుష్టి నీధాన్యమే సమగ్రముగా గలిగించును. ఇంకను శక్తి యధికముగా నపేక్షిత మగునేని అహింసాసాధ్యము లగుపాలు పెరుగు నెయ్యి మొదలగువాని నుపయోగించుకొనవలయు. ఇట్లు భుజింప వగుపదార్థము నెద్దానిసాధింప నూనినను భూమిని సమానముగాఁ జేయునపుడు ప్రాణిహింస అవశముగ ప్రాప్తించును. ఎట్లనిన,

నాగలి మొదలగువానిచే ననేకజంతువులు మృతి నొందుచున్నవి. ఇట్లు అంకురశక్తి గలకందాదిపదార్థములు దంపఁబడుచున్నవి. పిండిగా విసరఁబడుచున్నవి. వండఁబడుచున్నది. లవణసహిత మగుజలమున శోధింపఁబడుచున్నవి. ఇట్లు హింసాస్థానము లగునీయైదింటిచేతను పాపము ప్రాప్తించెను గాన నదిపోఁగొట్టుకొనుటకై వైశ్వదేవ మనుకర్మము ఆచరింపబడుచున్నది. వైశ్వదేవ మనగా, విశ్వేదేవత లనుపేరుగల

కొందఱు దేవతల నారాధించుకర్మవిశేషము.

ఇందు దేవయజ్ఞము పితృయజ్ఞము, భూతయజ్ఞము, మనుష్యయజ్ఞము, బ్రహ్మయజ్ఞము, అని యైదుయజ్ఞములు కలవు. బ్రహ్మయజ్ఞ మిదివఱకు నిరూపింపఁబడియె గావున నిపుడు తక్కునాలుగుయజ్ఞములు మాత్రము వివరింపఁబడును. వీనిలో దేవయజ్ఞ మగ్నియందును, పితృయజ్ఞము స్థండిలమందును భూతయజ్ఞ మింటివెలుపటను, మనుష్యయజ్ఞము హృదయమందును జేయఁబడును.

ఇట్లు దేవయజ్ఞము నగ్నియందు జేయుటచే అగ్నిసాధనమునఁ జేయఁబడినహింసవలనిపాపము నివర్తించును, పితరులకొఱకు స్థండిలమున జలాదికము నిచ్చుటచే భూమియందగు హింసవలనిదోషము తొలఁగును. భూతములకొఱకు బలి నొసఁగుటచే సకలవిధ మగుభూతహింసవలని దోషము శమించును. మనుజులకొఱ కన్న మిడుటచే భూతదయయు, పరోపకారంబును పరిగ్రహింపఁబడును.

వైశ్వదేవమున వినియోగించుమంత్రముల యభిప్రాయమేమనిన, కుక్కలు, కాకులు, చీమలు, పురువులు, పశువులు, పక్షులు, బ్రాహ్మణాదులు, భృత్యులు మొదలుగా నన్నము గోరు ప్రాణుల కెల్ల నన్న మిడవలయు నని స్పష్టపడుచున్నది.

ఆర్యుల గార్హస్థ్య మెట్టిదో చూడుడు. గృహస్థుఁడన్నమును సంపాదించికొనునెడ తనకడుపుమాత్రము నిండించికొ

నుటకు వీలులేదు. శ్లో॥ గృహస్థశ్శ్వభాగ్భవేత్॥ బ్రాహ్మణులు మొదలుకొని చీమలవఱకు సకలప్రాణులను తృప్తిపరిచి మిగిలినయన్నమును భుజింపవలయు నని విధింపఁబడియున్నది. కావుననే శ్రు॥ య॰ కేవలాఘో భవతి కేవలాదీ॥ తానుమాత్రము భుజించువాఁడు కేవలము పాపమునే భుజించువాఁ డనియు, శ్లో॥ అఘం స కేవలం భుఙ్క్తే యః పచ త్యాత్మకారణాత్॥ తాను భుజించుటకై వండికొనువాఁడు పాపమునే భుజించుననియు శ్రుతిస్మృత్యాదులు వచించుచున్నవి.

కాఁబట్టే యార్యులకు పరోపకార రూపమగునుత్తమధర్మమునిత్యకర్మముగా వర్తించుచున్నది. ఇటు లెందేని కలదా?

కావుననే, శ్లో॥ యతిశ్చ బ్రహ్మచారీచ పక్వాన్నప్రాశినా వుభౌ॥ యతికి బ్రహ్మచారికి నియతముగా నన్నము పెట్టవలయు నని విధి కలదు. వలన, యోగాభ్యాసమునఁ బ్రవృత్తి గలయతియు, విద్యాభ్యాసమునఁ బ్రవర్తించుబ్రహ్మచారియు నన్నము వండికొనుటకుఁ బూనిరేని వారలయోగాభ్యాసమునకు, విద్యాభ్యాసమునకును ప్రతిబంధక మేర్పడును. దానం జేసి దేశమునందు విద్యాయోగంబులు నశించుననియు, అయ్యవి యీదేశంబున పుష్కలముగా నుండవలయు ననియు నెంచి వారలకు సిద్ధాన్నము పెట్టవలయు నని విధింపఁబడియె. కావున, విద్యను కోరువాఁడుగాని, మోక్షము కోరువాఁడుగాని యాఁకలిగొన్నయెడల వారికి అన్నము పెట్టవలయునని నిశ్చయింపఁబడెను.

అట్లువారల కాతిథ్యమీయకున్నయెడ బ్రహ్మచారియు, యతియు కష్టించి, ఉంఛవృత్త్యాదులచే ధాన్యము తెచ్చికొని, దంచికొని, వండికొని భుజించునెడ వారలకు విద్యయు జ్ఞానంబును నెట్లులభించు? అవి యీదేశంబున నెట్లు లోపింపకుండును? కావున, మనుజులకు వైశ్వదేవము ముఖ్యమైనది.

ఇట్లు, విద్యయందు, యోగమునందు నాసక్తు లగువారికిని గ్రుడ్డివారు మున్నగువారికిని, ఆకలి గొన్నవారికిని అన్నము పెట్టవలసినదే అయిన నంతమాత్రమున విరమింప వీలు కాదు. దేవభక్తి, పితృభక్తియు గలకృతజ్ఞశిఖామణులు దేవతలను, పితరులను తృప్తిపరతురు.

ఈకర్మమును బ్రాహ్మణుఁడుమాత్రమె కాక అన్నివర్ణములలోని గృహస్థుఁడును నవశ్యముఁగాఁ జేయవలయు. అందు మంత్రములుమాత్రము భేదించుచుండును. దీనికి అన్నశుద్ధి, కాయశుద్ధి, అంతఃకరణశుద్ధియు ప్రయోజనములని శాస్త్రములయందు చెప్పంబడియున్నది.

అన్నశుద్ధి యెట్లనిన, అన్నము నగ్నియందుంచుటచేతను, కాకాదులకు వేయుటచేతను నిర్దోష మని పరీక్షింపఁబడుటవలన నేర్పడుచున్నది. కాకాదులకు వేసి పరీక్షించినయన్నమునే భుజింపవలయునని వైద్యశాస్త్రమున ననేకస్థలములయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. అట్లుపరీక్షింపకుండునెడ నన్నము కేశకీటాదిదోషగహితమని యెట్లు తెలియును? కావున నీకృత్యము

అన్నశుద్ధిని తెలిసికొనుటకై యేర్పడినది.

మఱియు, అన్నమును పక్వము చేయునపుడు పూర్వము తెలిసినదోషములు సంభవించుచున్నవిగదా? దేవతాస్మరణము కింటె దోషసామాన్యమునకు ప్రాయశ్చిత్తమింకొకటి లేదుగాన దేవయజ్ఞముచే నాదోషములు నివర్తించుటంజేసి యన్నశుద్ధి యెట్లును సిద్ధించును. ఇదియె అన్నశుద్ధి యగు.

ఇందు, అన్నహోమము విధింపంబడియె. అది సాధారణముగ హోయియందే చేయఁబడును. ఈహోమము చేయుటకు ముందు కట్టెలు శోధింపవలయు. పిదప హోయ్యితుడువవలయు. పిమ్మట అన్నము హోమము చేయవలయు. దీనికి మొదట నీరు పడియఁబోసి గ్రహింపవలయు. అని చెప్పుటచే నీయన్నమునందు దోషము ప్రసక్తింపదు. అగ్ని నింకొకయింటినుండి తీసికొని రాఁగూడదని యగ్నికార్యప్రస్తావమున జెప్పఁబడియె. అచట చిరకాలమునుండి కాపాడఁబడునగ్నియొక్క మహిమ నిరుపమాన మనియు నిరూపింపఁబడియెను. ఆయగ్ని యెకదా యచట పాకమునకు నుపయోగింపఁబడుచున్నది.

ఇదిగాక, పక్వము చేయఁబడినపదార్థములోని యేకాంశమును నగ్నియందు హోమము చేయఁగా మిగిలినపదార్థము పవిత్ర మనుట ఆర్యులదృష్టికి వింత గలిగింపదు. ఏలన, ఏకాంశము దుర్వినియుక్త మగుటంజేసి సకలాంశము దూషితంబనుటయు, ఏకాంశము సద్వినియుక్తం బగుటంజేసి సకలాంశము

పవిత్రితం బనుటయు సంప్రదాయసిద్ధమయ్యేయున్నది. ఈమర్మముస్థూలదృష్టులు గ్రహింపనంతమాత్రన యుక్తియుక్తము కాదననగునా? ఇందొకదృష్టాంతము చూడుడు. అపరిశుద్ధస్థలమున నుమ్మి విడిచినందున కుత్తుకయందు బాధ కలుగుటయు తిరుగనగ్నియందు మియునెడ నాబాధశమించుటయు సర్వానుభవసిద్ధమై యున్నది. దీనింబట్టి యార్యులవ్యవహారము సయుక్తికము, సహేతుకము నని స్పష్టపడుచున్నదికదా? ఈవిధమున నన్నశుద్ధి కలుగుననుట నిస్సంశయ మైనది.

ఇట్లే పరోపకృతిచేతను, భృత్యపోషణాదులచేతను మనసునకు సంతోషము, పాపక్షయము కలుఁగుగాన నంతఃకరణము శుద్ధి నొందును. ఇఁక శరీరశుద్ధి యెట్లనిన, పరమేశ్వరునకు నివేదింపఁబడినదియు, బ్రహ్మనిష్ఠులచే ననుగ్రహింపఁబడినదియు, వేదము జదువు బ్రహ్మచారులు గ్రహింపఁగా శేషించినదియు నిట్లు దేవతలు మొదలుకొని, మానుషులవఱకు నందఱు గ్రహింపగా మిగిలి పవిత్రమై యున్నయన్నమును భుజించునెడ శరీరమెట్లు పరిశుద్ధము కాకుండును? శ్రు॥ అన్నప్రకృతికం హి సోమ్య మనః॥ మనస్సు అన్నమే యుపాదానకారణముగా గలది యను శ్రుతి వచనమువలన అన్నశుద్ధిని బట్టియె మనంబును, శరీరంబును పవిత్రము లగుచున్నవని యేర్పడుచున్నది. శ్లో॥ అన్నానురూపా స్తనురూపబుద్ధయః॥ 'అని పెద్దలు వచించిరి. ఇట్లు

అన్నము, శరీరము, మనస్సు అనువానిశుద్ధికై యీవైశ్వదేవ ముపయోగించుచున్న దనుట ప్రత్యక్షసిద్ధమే కదా?

కావున అన్నము భుజింపక పాలు, నీరు, ఫలము మొదలగువాని భుజించువాఁడైనను వానికొన వైశ్వదేవము చేయవలయు. ఎవండును కొనకు జలమునైనఁ బుచ్చుకొనకుండఁడుగదా? ఇది సాధారణముగా అన్నసంస్కారమునకై విధింపఁబడియెగాన, ఏకపాకమున నొక్కఁడు వైశ్వదేవము చేయునెడ నితరులు చేయం బని లేదు.

ఆకారణముననే శిష్టులు గృహవృద్ధులచేత నీకర్మము చేయించుచున్నారు. పాకము వేరగునెడ వేరుగాఁ జేయవలసినదే" ఇందుఁ గొన్ని ధాన్యములకు నిషేధము కలదు. సర్వము శరీరశుద్ధికే సఫలమగుచున్నది.

భక్షణఫలము.

ఇక భక్షణఫలము నిరూపించుట ప్రకృతము. భక్షణమున నాఁకలితీరుట ప్రయోజన మని యందఱకుఁ దెలియును గాన నావిషయమై విమర్శింపం బనిలేదు. అయినను భక్షణమున నైహికము మాత్రమె కాక యాముష్మికం బగుఫలంబును గలదు. పవిత్రాన్నభోజనము సత్త్వశుద్ధిగలిగించి, దానిద్వారా జ్ఞానమునకు సాధన మగుచుండుటంబట్టి యాముష్మికఫలము లభించుచున్నది, ఇయ్యది భక్ష్యాభక్ష్యవివేకము లేని భోజనముచే లభింపదు. గావున భక్ష్యాభక్ష్యనిర్ణయము అవ

సరముగా ప్రసక్తించినది. ఇందు గొందఱు మాంసభోజనులు విరోధింతురు. వారియభిప్రాయ మేమనిన,

శ్లో॥ మాంసం మాంసేనవర్ధతే। అను పౌష్టిక శాస్త్రమువలనను ప్రాచీనశిష్టులు మాంసమును భుజించియున్నట్లు గ్రంథదృష్ట మగుటవలనను,అది రాగప్రాప్త మైనది కావునను దానియందు ఫలాధిక్యము కలదుగానను మాంసభోజనము న్యాయ్యమేయని వారియాశయము. ఇందు జూడుడు.

లోకమునఁ గొన్ని మాంసముదినునవి మఱికొన్ని యాకులు దినునవి. ఇట్లు మృగములు రెండువిధములుగా నున్నవి. వానిదంతములయందును, చొంగయందును, గుణములయందును భేదము స్పష్టముగాఁ గనఁబడుచున్నది. ఎట్లన, మాంసము దినుమృగములయొక్క దంతములు గుండ్రనై, సన్ననికొనలు గలిగి, ఎడమెడముగను, వంకరగను, కోరలుగాను నుండుచున్నవి. ఆకులు మొదలగువాని దినుమృగములయొక్క దంతములు వెడ్లుపైనకొనలు గలిగియెడములేక యున్నవి. అట్లు మాంసము దినుమృగములయొక్క గుణంబులును కోపము క్రౌర్యము మొదలుగా సహజసిద్ధములుగా గానంబడుచున్నవి. దానం జేసి యవి యన్నియు భయజనకము లగుచున్నవి. ఇక నాకులు, తృణములు దినుమృగము లైననో శాంతస్వభావము గలవి యగుటం జేసి భయంకరములు గావు. ఇట్లు మాంసము దినుమృగములయందు తీక్ష్ణము లైననఖాగ్రములు గలిగియుండుట,

క్రూరచిత్తత మొదలగుదోషము లధికముగాఁ గనఁబడుచున్నవి.

ఇటు లుండఁగా, వివేకులును, భూతదయాపరులును నిట్టిమాంసభోజనమునఁ బ్రవేశింతు రనుట యసంభావనీయము. వీలగునెడ వెనుకఁ జెప్పినవిధమున నాకులు మొదలగువానిచే జీవించుటయే న్యాయ్యము. ఔషధము భక్షింపఁగా గలుగు శారీరపుష్టి మాంసముచేనైనఁ గలుగనేరదు.

ఇది యథార్థమైననునీవిషయమై మాంసభోజను లేమందు రనిన, భరతఖండవాసులైనపూర్వపురుషులు మాంసము భుజించియుండిరి. ఇప్పటికి నీయాచారము గౌడులయందు గలదు. జైనసిద్ధాంతపరిచయమువలననే ఆర్యులుమాంసాహారము మానిరని వారుగట్టిగా వాదించుచున్నారు. పూర్వమీమాంసభోజన మున్నను అప్పుడీయాహారమును నుత్తమముగా లెక్కించినట్లు కనఁబడదు. ఏలన,

శ్లో॥ నాకృత్వా ప్రాణినాం హింసాం మాంస ముత్పద్యతే క్వచిత్॥ ప్రాణివధ చేయకున్న మాంసము దొరకనేరదని యారంభించి మనువు మాంసాహారమును రాక్షసాహారములోననె చేర్చియున్నాఁడు. ఇప్పటిబుద్ధిమంతులలోఁ గొందఱు ప్రాణిహింస మేము చేయుట లేదు? ఒరులు సిద్ధము చేసినదానిని మేము గ్రహించుచున్నాము. మేము గ్రహింపకున్నను మాంసవిక్రయులు మాంసము సిద్ధము చేయకుందురా? ఇట్టియెడ మాకు దోష మేమి యని పలుకుచుందురు.

వారికి సమాధానమేమనిన, ఎవ్వరును గ్రహింపకున్నయెడ నమ్ముకొనువాఁ డేల మాంసమును సిద్ధపరచును? గ్రహించువారు లేనియెడ నమ్ముటయే సంభవింపదు. కావున ప్రాణివధకు దానిని గ్రహించువారే మూలమనునాశయముతో ప్రాణివధ చేయకున్న మాంసము లభింపనేర దని మనువిట్లు వచించియున్నాఁడు.

భగవద్గీతలయందును, శ్లో॥ రస్యాస్స్నిగ్ధా స్థిరా హృద్యా ఆహారా స్సాత్వికప్రియాః॥ అని మొదలుగాఁ జెప్పఁబడు సాత్త్వికాహారములలో మాంసము లెక్కింపఁబడియుండలేదు. కావుననే బోధాయనుఁడును శిలోంఛములచే జీవించువానికి స్వర్గప్రాప్తి వచించి ధర్మములలో శ్లో॥ అహింసా సత్య మస్తేయం॥ అహింస, సత్యము మొదలగునవి శ్రేష్ఠములని నిరూపించియుండెను.

ఇఁక, మధుపర్కాదులయందుఁ గొన్నియెడల మాంసము గ్రహించినట్లు కనఁబడుచున్నది. ఐనను గృహ్యకారులందఱు కూడదనియే వచించియుండుటచే నప్పుడును మాంసపరిగ్రహము ముఖ్యము గాదనియె స్పష్ట మగుచున్నది. ఆకారణమువలననే। శ్లో॥ గృహేపి నివసన్ యోసౌ ముని ర్మాంస వివర్జనః॥ గృహమం దుండియు మాంసము విడిచినవాఁడు ముని యని చెప్పంబడియె.

పూర్వకాలమున నప్పటివారికి మాంసపరిగ్రహ మున్న

ను దేవార్థము, పిత్రర్థము, అతిథ్యర్థము అని నియమ ముండెను. లోకమునను హింస మూడువిధములు. అందొకటి క్రౌర్యమూలము. ఇంకొక్కటి దేవప్రీతిమూలము. మూడవది ఆహారకల్పనార్థము. ఇందు మొదటిది లోకవృద్ధి గోరురాజులు చేయుచున్నమృగవధ రూప మైనది. రెండవది ఆయామత్థులు దేవతాప్రీతిని గోరి చేయవలసినట్లు కొన్ని ప్రమాణములచే బోధింపఁబడి మతాచార్యులచే వ్యవస్థ చేయఁబడియున్నది. ఇంకొక్కటి మృగములు మొదలుకొని మనుజులవఱకు నిష్కారణముగను, నిర్దయముగను, అశాస్త్రీయముగను, అవ్యవస్థితముగను చేయునది. భారతు లీమూడవదానియందు విరుద్ధాభిప్రాయము గలిగి యున్నారు. వీనిలో మొదటిదాని కైహికఫలము గలదు. రెండవదాని కాముష్మికఫలంబును గలదుగాని మూడవదానికి నుభయలోకభ్రంశముకంటె వేరు ఫలము కనఁబడదు.

ప్రాణధారణమాత్రము నుద్దేశించి చేయునావశ్యకభోజనమునే పరమేశ్వరార్పణబుద్ధిచేఁ జేయునార్యులకు పశుపక్ష్యాదులయం దకారణవైర మెట్లు సంభవించును? మఱియు, దేశదుష్టము, కాలదుష్టము, భావదుష్టము నగుపదార్థజాతమును నిషేధించి సూ॥ వాచా ప్రశస్త ముపభుంజీత॥ అని వాగ్దుష్టమునుగూడ నిషేధించినయార్యులు ఉత్పత్తిదుష్ట మగు మాంసము నెట్లు లంగీకరింతురు? ఆహారమునకు నాకలితీరుట

మాత్రమె ప్రయోజనము కానేరదు. ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యచేత దీనికి మోక్షరూపప్రయోజనంబును గలదని స్పష్టముగా నిరూపింపఁబడియున్నది.

ఈవిద్య ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్తు నందును, తైత్తిరీయమున మహోపనిషత్తునందును నంతర్యాగవిధానప్రస్తావమున ప్రఖ్యాపనఁ జేయఁబడియె. ఈయంతర్యాగమును ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్తు వివరించినది. ఇందు, భుక్తిద్వారా ముక్తిమార్గమును బోధించునవియై హవిస్సు గ్రహించుటయందుపయోగించు కొన్ని శ్రౌతవచనములు గలవు. విప్రు లందఱు ననుష్ఠించుప్రోక్షణము, పరిషేచనము, ప్రాణాహుతులు ననువానిమంత్రముల యర్థమును విమర్శించునెడ నివి యన్నియు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యను బాగుగ బోధించుచున్నవి. ఈవిద్య ఆత్మయాగము చేయువారల యవిద్యను ధ్వంసముచేసి బ్రహ్మపరోక్షసాక్షాత్కారమును గలిగించునని విఖనసమహర్షి వచించెను. బ్రహ్మమీమాంసాభాష్యకర్త లందఱు నీవిద్య నుపనిషద్వచనములచే నిరూపించియుండిరి. మఱియు నీవిద్య యంతర్యాగ మనియు, ఆత్మయజన మనియు నచ్చటచ్చట వ్యవహరింపఁబడుచున్నది.

దీనియందు శరీరములోనిజాఠరాగ్ని సాయంకాలమునను ప్రాతఃకాలమునను నుపచరింపఁబడును. దీనిన కొందఱు వైశ్వానరవిద్య అని చెప్పుదురు. ఆకారణముననె భగవద్గీతల

యందు, శ్లో॥ అహం వైశ్వానరో భూత్వా ప్రాణినాం దేహ మాశ్రితః। ప్రాణాపానసమాయుక్తః పచా మ్యన్నం చతుర్విధం॥ అనుచోట వైశ్వానరుఁడన బ్రహ్మమేయని నిరూపింపఁబడియె. ఎవ్వం డీవిద్య ననుసంధానము జేసికొని భుజించు వాఁడు ముక్తి నొందునని పండితులయభిప్రాయము. ధర్మశాస్త్రకారులును దీనిప్రయోగమును సాంగముగా నిరూపించిరి. భుజింపఁబడినయన్నమును శరీరములోని వైదగ్నులును పాకము చేయుచున్నవి. అయ్యవి బాహ్యాగ్నులవలె తేజోరూపములు కావు. అయినను పచనముచేయు స్వభావముగలవి గాన నగ్నులని వ్యవహరింపఁబడుచున్నవి. ఇచ్చట నన్నముమాత్రముయొక్క పాకమె గాక రక్తమాంసాదులయొక్క పాకంబును గ్రహింపఁబడును. కావున నైదుస్థానములయందు పాకముచేయు పదార్థము లగ్నులుగా వ్యవహరింపఁబడుచున్నవి.

వేదమునందు గార్హపత్యము, ఆహవనీయము, దక్షిణాగ్ని, సభ్యము, ఆవసథ్యము ననివైదగ్నులు చెప్పఁబడియున్నవి. శరీరమునం దైదనో జాఠరము, ఆస్యము, హార్దము, భ్రూమధ్యము, కాపాలము నని వైదుపాకస్థానములు గలవు. ఇందు మొదటిది భుజింపఁబడినపదార్థమును పక్వముచేయుపిత్తరూప మగుమూలాగ్ని. ఇది నాభియం దుండును. దీనియందు పాచకశక్తి స్పష్టముగాఁ గనఁబడుచున్నది. రెండవది ఆస్యాలాలా (నోరిచొంగ) రూప మైనది. ఇది చేరకున్నను నాహార

ము జీర్ణముకాదని పాశ్చాత్యులు నంగీకరించుచున్నారుగాన నిందును పాచకశక్తి కల దనుట యథార్థము. మూఁడవది హృదయమునందు రక్తమును శోధించుస్వభావము గలశుక్రసారరూప మైనది. నాల్గవది భ్రూమధ్యమున తటస్థమై యున్నది. ఇది క్రియయం దన్వయింపదు. యోగులకు సమాధియందు గోచరించు బ్రహ్మమునకు ప్రతినిధి యైనజ్యోతిర్లింగ మనుపేరు గలది, ఏనవది కపాలమునుండి యోగులకు నిర్వికల్పసమాధియందు గోచరించునదియై, ప్రకాశరూపమై మెదడుయొక్క నైర్మల్యరూప మగుచున్నది. ఇదియె సర్వప్రకాశకమగుజ్ఞానాగ్ని యగు.

ఇట్లే బహిర్యాగమునందు గార్హపత్యము మూలమగు. తక్కునాల్గును దీనివలననె కలిగింపఁబడినవి. వీనిలో రెండు క్రియయందు వినియోగింపవు. ఒకటి అన్వాహార్యమును మాత్రము పాకముచేయును. మిగిలినది సర్వహోమములకు నాధార మైనది. ఈవిధముననే శారీరాగ్నులయందును జాఠరము సర్వాధార మైనది. దానినుండియె సర్వము కలుగును. వీనిలో భ్రూమధ్యగము, కాపాలంబును పచనక్రియ చేయునవి కావు. హార్దం బొక్కటి రక్తమునుమాత్రము శోధించును. ఇఁక నాస్యమనునది సర్వపదార్థములను జీర్ణము సేయ నాధార మైనది.

ఈయైదిటిరూప మెటులన, గార్హపత్యము వర్తులాకా

రంబును, దక్షిణాగ్ని అర్ధచంద్రాకృతియు,ఆహవనీయము చతురశ్రరూపంబును, సభ్యము త్రికోణరూపంబును, ఆవసథ్యము పద్మాకారంబును నగుచున్నవి. ఇట్లే నాభియందు వృత్తంబును, హృదయమునం దర్ధచంద్రాకృతియు, ఆస్యంబున చతురశ్రంబును, భ్రూమధ్యమున త్రికోణాకారంబును, కపాలాంతరమున పద్మాకృతియుఁ గలిగియున్నవి.

మఱియు, మొదటిది పిత్తరూపము పృథివియు, రెండవది లాలారూపము జలంబును, మూఁడవది శుక్రసారము తేజంబును, నాల్గవది ప్రాణమూలముగాన వాయుతత్త్వంబును, ఏనవది కపాలాంతరము ఆకాశతత్త్వంబునగు.

శారీరాగ్నిలో హోమము చేయనగుహావిస్సునందు మొదట పరిషేకము ప్రోక్షణాదికంబును చేయంబడుచున్నవి. ఇందు మహావ్యాహృతులతోడ గాయత్రి వినియోగింపఁబడుచున్నది. దీనింబట్టి యీయర్థము లభించుచున్నది. ఏమనిన, సమస్తమును ప్రేరణచేయు శక్తిగలపరమేశ్వరుఁడు మా చిత్తమును సన్మార్గమున ప్రవేశపెట్టుగాక యని సకలమునకు ప్రేరకుఁ డైనసూర్యాన్తర్యామి యగుపరమేశ్వరుననుజ్ఞ కోరఁబడుచున్నది. అనంతరము శ్రు॥ సత్యంత్వర్తేన॥ అనుమంత్రముచే పరిషేచనము చేయఁబడును. దీనియాశయ మే మనిన, పాత్రమున నున్నదియు, అగ్నిచేపక్వమైనదియు, నగుహావిస్సును అగ్నిరూపముగా భావించి దానికి సూర్యకిరణములవలన

రక్ష చేయఁబడుచున్నది. ఇట్లు రాత్రియందు రక్షకం బగు సూర్యకిరణము లేదు గానను, సూర్యకిరణపక్వం బగునోషధి మొదలగునవియే భుజింపఁబడుచుండుగావునను, సూర్యకిరణపక్వమునందు సూర్యతాదాత్మ్యము నారోపించి వహ్నిచే రక్ష విధింపఁబడియె. ఇఁక నిపుడు బహిర్యాగముతో సామ్యము నిరూపింపఁబడును.

హోమమున మొదట నుపస్తరణము (పాత్రాభిఘారము) కలదు. కావున నది యిచటను కలదు. హోమమున నన్వారంభము కలదుగాన నది యిచ్చటను పాత్రయం దాచరింపఁబడుచున్నది. ఇట్లు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యను మనసున నిడికొని ప్రాణులహృదయమం దంతటను భుక్తపదార్థమును పరిణమింపఁజేయు పరమేశ్వరశక్తివిశేషమునే పంచప్రాణరూపముగా భావించి దాని నుద్దేశించి యతిస్థూలముగాని ఘృతప్లుత మగునవదానము మొదట హోమముచేయఁబడుచున్నది. అనంతరము సర్వప్రేరక మగుబ్రహ్మమును గూర్చి హోమము చేయఁబడు. బ్రహ్మమునందు తనయాత్మ యమృతత్వమును (మోక్షము)నందుటకొఱకు హోమము చేయఁబడుచున్నది.

దీనిప్రయోజనము, కొనకు వివరింపఁబడును. ఇచట యజ్ఞసిద్ధాంతముచే నీయర్థము లభించుచున్నది. మేము భక్షింపవలయునని జిహ్వాచాపల్యమువలనఁగాని, క్రౌర్యమువలనఁగాని ఓషధులయందు దంతాదుల వినియోగించుట లేదు. ఇఁక

ప్రాణధారణమునకై గత్యంతరములేక వీనియందు దంతాదులను వినియోగించుచున్నారము. అట్లైన, వివేకి వగునీవు ప్రాణములమాత్ర మేల ధరింపవలయు నని ప్రశ్నింతురా? బ్రహ్మమును గ్రహించుటకును, ఒరుల కుపదేశించుటద్వారా ప్రజల నుద్ధరించుటకొఱకును అనుసమాధాన మాఱవయాహుతిచే చేయఁబడుచున్నది.

ప్ర॥ ఒరుల కుపదేశించుటచే గాని, నీవు వేదముల చదువుటచేగాని, ఇచటఁగాని, స్వర్గమునఁగాని నీకేమి లాభము గలదని యడుగుదు రేని

ఉ॥ బ్రహ్మణే అనుమంత్రము సిద్ధాంతభూతమై కొనకు జేర్పఁబడియెను. ఆర్యుల ప్రతిదినపుభోజనము శరీరపుష్టికొఱకు గానేరదు. ఇఁక నే మనిన, నిచట నుండువఱకు వేదములఁ జదివి యొరుల కుపదేశించుటకును, పదంపడి తాను మోక్షము నొందుటకును నుపయోగించుచు సర్వంబును బ్రహ్మార్పణమే యగుగాని, మదాదులను గలిగింప నుపయోగించునది కాదని స్పష్ట మగుచున్నది. దీనింబట్టి యార్యులభోజనము ఆర్యుల కుపకారము చేయును, బ్రహ్మప్రాప్తి నొందను నుపయోగించెడిని. ఇట్లు లార్యధర్మములు కొన్ని కేవల మైహికఫలములుగా పైనఁగనఁబడి విచారింప నధిక మగునాముష్మికఫలము గలవియు. మఱికొన్ని కేవల మాముష్మికఫలము గలవిగాఁ గన్పడి విమర్శింప నారోగ్యరూప మగు నైహికఫలము గల

వియు నగుట కరమాశ్చర్యకరము.

ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్య.

ఉపనిషత్తునందు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్య యిట్లు నిరూపింపఁబడియున్నది. ఆత్మ యజమానుఁడు, శ్రద్ధ భార్య, శరీరము యాగశాల, ఉరస్సు, వేది. (తూర్పుతలగా వెలికిల పండుకొనియున్నపురుషుఁడు యాగశాలగా నిర్దేశింపఁబడియెను. ఇట్లు పండుకొనియున్నపురుషుని గాంచునెడ బాహ్యయజ్ఞము యొక్క సన్నివేశము తలంపఁబడును.) ఱొమ్మునందలిరోమములు దర్భలు, శిఖ వేదము, (దర్భముష్టి) హృదయము యూపము, కోపము పశువు, కామము ఆజ్యము, తపము అగ్ని, దమము శమయిత(పశువును జంపువాఁడు,(దమ మన నంతరింద్రియనిగ్రహము,)వాక్కు హోత, ప్రాణము ఉద్గాత, కన్ను అధ్వర్యుఁడు, మనస్సు బ్రహ్మ, శ్రోత్రము అగ్నీత్॥(అధ్వర్యునకువినిపించువాఁడు)శరీరము ఇధ్మము, దీక్ష అవధరణము, అశనము హవిస్సు, జలపానమె సోమపానము, క్రీడ ఉపసత్, సంచారము ఉపవేశము, ఉత్థానము ప్రవర్గ్యము, ముఖము ఆహవనీయము, హృదయము దక్షిణాగ్ని, నాభి గార్హపత్యము, భ్రూమధ్యము సభ్యము, కాపాలము ఆవసథ్యము, సంభాషణము ఆహుతిమంత్రములు, అని యారంభించి కొనకు మరణమే అవభృథమని నిరూపింపఁబడియెను.

దీనిరహస్య మేమనిన, ఆత్మ ఫల మనుభవించువాఁడు

గాన యజమానుఁడు. ఆస్తిక్యములేకున్న కర్మమునందుఁ బ్రవృత్తి కలుగదు గావున శ్రద్ధయె పత్ని యని చెప్పఁబడియె. ఆత్మకు శరీరమే యాగశాల యగు. (వేది యనఁగా, యాగశాలలోపల విహరించుటకు నుపయోగించునదియు, అగ్నిత్రోఁ గూడినదియు నగుభూభాగము.) ఉరమే వేది యని చెప్పఁబడియె. ఇది న్యాయమే లోకమున వేదులయందు తూర్పున చతురశ్రకుండమున నాహవనీయాగ్ని యుండును. దానికి తూర్పున త్రికోణకుండమున సభ్యాగ్ని యుండును. దానికి తూర్పున పద్మకుండమున ఆవసథ్య ముండును. వేదికి పశ్చిమభాగమున వృత్తకుండమున గార్హపత్య ముండును. దాని కాగ్నేయమున అర్ధచంద్రకుండమున దక్షిణాగ్ని యుండును. నాభి గార్హపత్యరూప మనియు, హృదయము దక్షిణాగ్నిరూప మనియు, ముఖము ఆహవనీయ మనియు, భ్రూమధ్యము సభ్య మనియు, కాపాలము ఆవసథ్యమనియు, లోగడ నిరూపింపఁబడియెగదా.

మనుజుఁడు తూర్పుతలగా వెలికిల పండుకొని యుండు నేని అన్నిటికి కపాలము తూర్పున నుండును. అనంతరము భూమధ్యంబును, దానివెనుక ముఖంబును, దానికి పశ్చిమభాగమున గార్హపత్యరూప మగునాభియు, దాని కాగ్నేయమున దక్షిణాగ్నిరూప మగుహృదయంబును నడుమ మహావేదియు ఇట్లు శరీరము యాగశాలను బోలియున్నది. వేదినడుమ ద

ర్భ లుండుగావున ఉరమున నుండురోమములె దర్భ లగు. అన్నిటికి తూర్పుదెసను దర్భముష్టి యుంచఁబడి అదియె వేదమని వ్యవవహారింపఁబడుచుండు. అది యిచట శిఖయె యగు.

హృదయపదము మనస్థానమును చెప్పును. శ్లో॥ మనోపి భ్రూమధ్యే। అను నభియుక్తోక్తిని బట్టి భ్రూమధ్య మనుస్థానము లక్షణచేఁ జెప్పంబడు. ఇది ఆహవనీయస్థానమున నున్ననోరికంటె తూర్పున నున్నది. ఇదియె యూపస్థానము.

ఆజ్యము శరీరము నకు మదమును గలిగించుచువీర్యరూప మైనదిగావున అంతర్యాగమునందు కామమె ఆజ్య మగుచున్నది లోకమున నాజ్యము నగ్నియందు హోమము చేయగా నది తిరిగి లేచి రానేరదు. అట్లే తిరిగి లేచిరాకుండునట్లు తపమును నగ్నియందు కామము హోమము చేయఁబడును.

ఈయాగమునందు కోపమే పశువు. బాహ్యయాగమున భీకరము లగుకొమ్ములు గలపశువు సంహరింపఁబడునట్లిచట కోపంబును సంహరింపఁబడును. ఈకామక్రోధములను మారణము చేయుటకు నింకొకయగ్ని యుపయోగింపదు గాన నిచట తపమె యగ్నిగా గ్రహింపంబడియె.

మన్యురూప మగుపశువును నిగ్రహించుటకు అంతరింద్రియనిగ్రహ మను దమమె శమయితగా నిందు గ్రహింపంబడియెను. హోత పెద్దగాఁ బలుకువాఁడుగాన నట్టి వాక్కెయిచ్చట హోతగా గ్రహింపఁబడియె.

ఉద్గాత మంద్రస్వరముతో మంత్రము నుచ్చరించుచు గార్హపత్యసమీపమున నుండి బహిష్పవమానాదులయందు ఆహవనీయమును దాటియు,బోవుచుండుగాననట్టి సంచరణధర్మముగల ప్రాణమె ఉద్గాతగాఁ జెప్పఁబడియె. అధ్వర్యుఁడు సర్వమును జూచుచుఋత్విజుల నాయాకృత్యములయందు ప్రేరించునట్లు నేత్రము సర్వము జూచుచు తక్కినింద్రియములను వానివానికృత్యములకై పనుపుచుండును. కావున నిచట కన్నే అధ్వర్యుఁడుగాఁ జెప్పంబడియె.

అగ్నీత్ అధ్వర్యునకు వినిపించువాఁడుగాన నట్టిశ్రోత్రమె అగ్నీత్ అగును. బ్రహ్మయొక్కయనుజ్ఞలేనిది ఋత్విజులు తమ కృత్యయములయందుఁ బ్రవేశింపనట్లు మనస్సుయొక్కయనుజ్ఞలేనిది ఇంద్రియములు తమతమపనులయందు ప్రవేశింపవు కావున నిచట మనస్సేబ్రహ్మయని గ్రహింపంబడియె.

ఇధ్మము అగ్నియందు భస్మ మగునదిగానను శరీరంబు నట్టిదియెగానను శరీరమె యిధ్మమని గ్రహింపంబడియె. ఇందు మొదట శరీరము యాగశాల యని చెప్పఁబడియెను. ఇప్పుడాశరీరమె ఇధ్మమని వచింపంబడియె. అది యెట్లు పొసఁగు ననిన మొదటిది స్థూలశరీర మనియు, రెండవది సూక్ష్మ శరీర మనియు గ్రహింపవలయు. సూక్ష్మశరీరము భస్మము కానేరదుగాన ఇధ్మస్థానమున గ్రహించు టెట్లని సంశయింతురేని భస్మ మగుటయన నాత్మయందు లయ

మొందుటె యని గ్రహించునది.

దీక్షయనఁగా నియమవిశేషము. అవధరణ మనినను వ్రతవిశేషమే. అదియె యిది యగును. ఆహవనీయమునందు హోమముచేయఁదగుహవిస్సు ఏదన, శ్రు॥ యదశ్నాతి తద్ధవిః॥ భుజింపఁబడునదియె హవిస్సు అగును. యాగమునందు సోమపానము ముఖ్యముగాన ఆస్థానమున జలపానము గ్రహింపఁబడియెను. ఈవిధముగా నూహించుకొనవలయు. దీనియభిప్రాయ మేమనిన,

ఆర్యజనుఁ డాహారమునఁ బ్రవర్తించినప్పుడును తనశరీరమును యాగశాలగా భావించి భోజనకాలమందు ననన్యమనస్కుఁడై సర్వము నీశ్వరారాధనరూపముఁగా భావింపవలయు. ఈశ్వరభావము లేక క్షణమాత్రమైన నుండఁదగదు. అనునాశయము వ్యక్త మగుచున్నది.

సమస్తప్రాణులకును భోజనము రాగమునవలననే యవశ్యముగ ప్రాప్త మగుచున్నది. ఇందు నియమము లేనియెడ సర్వము చెడును. ఎలన, శ్లో॥ ద్వావేవ పాపసంప్రాప్త్యై పద్ధతీ దేవనిర్మితే। ఆస్య మేక మథోపస్థం నాన్యద స్తీహ శోధనే॥ జిహ్వాచాంచల్యము, ఉపస్థాచాంచల్యము రెండే పాపమూలము లగుచున్నవి. కావున నీజిహ్వోపస్థలను నిగ్రహించుటయందు ప్రయత్న మావశ్యకము. ఇందు బాల్యమునుండి జాగరూకత గలిగియుండుట ఆర్యులపనిగాన వీరల కిందు నియమాతిశయము

విధింపఁబడియెను. ఆర్యులవ్యవహారమున నియమములేనికృత్యమే లేదు. కావుననె, ఉపనయనమైనది మొదలుకొని వాఙ్నియమనము, అభక్ష్యప్రతిషేధనియమము, భక్షణనియమము కాలనియమము, పరమేశ్వరధ్యాననియమము మొదలుగాఁ గలిగియున్నవి. ఇవి యన్నియు నిరూపించినవిధమున నిహపరసుఖసాధనమునకై యుపయోగించెడిని.

ఇందుఁ గొంద ఱిద్దానిస్వరూప మెఱుంగక జలముచే పరిషేచనముచేయుట విస్తరిమీఁదికి చీమలు రాకుండుట కనియు, ఆపోశనము గ్రహించుట గళవికాసమున కనియు, ప్రాణాహుతులు వేసికొనుట కుత్తుక క్రమముగా విచ్చుట కనియు ఫలములను గల్పించుచున్నారు. ఇది హాస్యాస్పదము.

ఇందుగురహస్య మేమనిన, ప్రతిదినంబును బ్రాహ్మణ మగునగ్నిహోత్రమును జేయ శక్తిచాలనివాఁడును జఠరాగ్నియం దిట్లు హోమము చేయునేని వాఁడు నిత్యాగ్నిహోత్రియె యగునని భావము.

ఈశ్వరునిచే నొసఁగఁబడినదియు, ఈశ్వరున కర్పింపఁబడినదియు, ఈశ్వరాజ్ఞచే భుజింపఁబడునదియు నగునన్నము ఈశ్వరజ్ఞానము కలుగుటకును, ఈశ్వరచరణసరసిజసాన్నిధ్యము లభించుటకును, ఈశ్వరభజనసంప్రదాయము లోపింపకుండుటకును భుజింపఁబడుచున్నది.

కావుననే, మత్తు గలిగించునవియు, పర్యుషితములు న

గుపదార్థముల విడిచిపెట్టి అహింసామాత్రమున లభించినవియు అపుడె పక్వమైనవియు, మంత్రజలముచే ప్రోక్షణము, పరిషేచనము చేయఁబడినవియు నగుపదార్థములు భుజింపఁబడుచున్నవి.

ఇట్టి శుచిపదార్థ భోజనమువలన మదభంగము, వినయోత్పత్తి, బ్రహ్మవిద్యయందు శ్రద్ధ, ఆస్తిక్యము అహింసాపరత్వము, పరోపకారబుద్ధి, సత్త్వశుద్ధి, జ్ఞానసిద్ధి యనునవి ప్రత్యక్షప్రయోజనములు గలుగుచున్నవి. ఇట్టి ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్య నెఱుంగక తఱచుగ బ్రాహ్మణు లిద్దాని తంత్రమాత్రముగా నాచరించుచున్నారు. ఈవిద్యావిశేషమునందు చిత్తమునుంచి భుజించువారు నిస్సంశయముగ మహాత్ములును, పరమేశ్వరునకు ప్రియులును నగుదురు.

ఏలన, మొదట వైశ్వదేవముచేత నహింసావ్రతంబును, పరోపకారపరత్వంబును పరిగ్రహింపఁబడియె. జలప్రోక్షణముచే ఆరోగ్యసంపత్తి గ్రహింపఁబడియె.

అది యెట్లనిన, అప్పు డుడికినపదార్థముల యావిరి ముఖమునకు సోఁకఁగూడ దనియు, అట్లు సోకినా తప్పక ముఖరోగములు సంభవించు ననియు వైద్యశాస్త్రమునఁ దెలుపంబడియె. అప్పు డుడికినపదార్థములయావిరిదోషము జలప్రోక్షణముచే నడఁగునుగాన నారోగ్యము గలుగు ననుట నిస్సంశయము.

భోజనకాలమునందుఁ గొన్నినియమములు గలవు. మొ

దట దిక్కు నియమింపఁబడెను. అంతట పానీయపాత్రము, భోజనపాత్రము, భోజనసంప్రదాయము నియమింపంబడెను. క్రమముగా వీనిప్రయోజనంబులు నిరూపింపఁబడును.

శ్లో॥ యోవేష్టితశిరా భుఙ్క్తే యోభుఙ్క్తే దక్షిణాముఖః వామపాదకరః స్థిత్వాతద్వై రక్షాంసి భుంజతే। అన్నువచనముచే పరాశరుఁడు దక్షిణదిశ కభిముఖముగా భుజింపఁగూడదని వచించియున్నాఁడు. అయినను కామ్యభోజనమునందు దక్షిణాముఖముగా భుజించునెడ దోషము లేదు. నిత్యమనియు, కామ్యమనియు, భోజనము రెండువిధములు. ఇందు నెయ్యది ప్రాణాగ్నిహోత్రరూపముగాఁ జేయఁబడునో మఱి యెయ్యది పండుటాకులు మొదలగువానిలోఁ జేయఁబడునో అది నిత్యము. ఇంకెయ్యది శరీరపుష్టిని గోరి చేయఁబడునో అది కామ్యము. వీనిలో మొదటిది దైవభోజనము, రెండవది మానుషభోజనము. దైవభోజనమునందు తూర్పుదెస కెదురుగా నుండుటయె నియతము.

తఱచుగ తూర్పుదెస నుండి వచ్చుగాలి సమశీతోష్ణముగా నుండును. తూర్పుదిక్కున కెదురుగా నుండునప్పుడు ఉత్తరదిశనుండి దక్షిణదిశకు ప్రసరించు వైద్యుతశక్తి ప్రక్కనుండి లోనఁ బ్రవేశించుటంజేసి పదార్థము క్రమముగా జీర్ణమగు.

దక్షిణదిశ కెదురుగ గూర్చుండునప్పుడైనను ఎదుర ఘోరశక్తి గలదక్షిణానిలముచేతను, వెనుక భాగమున వైద్యు

తశక్తిచేతను భుజింపఁబడుపదార్థము శీఘ్రముగా జీర్ణమగును. ఈరెండుశక్తులును ప్రక్కలనుండి శరీరములోనఁ బ్రవేశించెనేని వీనికి పాకాశయమున సులభముగాఁ బ్రవేశము లేదు. కావున నెవ్వఁడు భుజించినపదార్థము శీఘ్రముగా జీర్ణదశ నొంది పుష్టికరము కావలయునని కోరునో వానికి దక్షిణాభిముఖ్యమే యుక్తమని కొందఱు వక్కాణించుచున్నారు.

కాని వీరిమతము శాస్త్రకారుల కంతసమ్మతముగా నున్నట్లు దోపదు. ఏలన, ప్రేతకృత్యములయందును, ఆభిచారికకర్మములయందు మాత్రమె దక్షిణాభిముఖ్యము ముఖ్యమని విధింపఁబడినది. కావుననే శ్రు॥ ప్రాచీ ముదీచీం మేధ్యాం ప్రతీచీం దక్షిణామమేధ్యాం॥ తూర్పు, ఉత్తరము, పవిత్రములనియు, దక్షిణము, పడమర నపవిత్రములనియు శ్రుతియె నిర్ణయించియున్నది. కావున నిత్యనైమిత్తికములు, కామ్యములు మొదలగు సకలశుభకర్మములయందును దక్షిణాభిముఖ్యము నిషేధింపఁబడియెను. దక్షిణాభిముఖభోజనము పుష్టికరమనియు తోఁచుట లేదు. అట్లగునేని ఔషధమును గ్రహించునప్పుడైన దక్షిణాభిముఖ్యము నిషేధింపఁబడకుండునదె. పౌష్టికకర్మములయందైన నిషేధింపఁబడకుండునదె. అప్పుడును నిషేధింపఁబడియె యున్నదిగదా? ఇఁక దక్షిణాభిముఖభోజనమునందు వారు నిరూపించినవిధమున శీఘ్రముగా జీర్ణము సేయుశక్తి యుండ నగును. ఐనను, అందువలన శరీరమునకు పుష్టి

కలుగునని నమ్ముటకు వీలు లేదు. ఏలన, పదార్థమును శీఘ్రముగా జీర్ణము సేయుజఠరాదులను గ్రహించుటవలన శరీరమున కెంతమాత్రము పుష్టి కలుగకుండుటే యనుభవసిద్ధముగదా. ఇట్లు శీఘ్రముగా పదార్థము జీర్ణ మగుటం జేసి పదార్థగుణము ఒడలిం బట్టదనునిశ్చయముననే దక్షిణాముఖముగా భుజించినపదార్థమును రక్కసులు గ్రహింతురని పరాశరుఁడు వచించినట్లుగా చెప్పెడిని.

పానీయపాత్రనియమము

పానీయపాత్రమును కుడివైపున నిడికొనవలయు. ఏలన, దక్షిణభాగము పరిశుద్ధమగురక్తము కలుగుటం జేసి పవిత్రమైనదని లోగడ దెలుపంబడియెగదా? పానీయపాత్రమునకు రాగి, లేక వెండి. బంగారము వీనిచేఁ జేయఁబడినపాత్రము శ్రేష్ఠము. అందు చల్లనిదియు, ప్రాతఃకాలమున గ్రహింపఁబడినదియు, వస్త్రముచే వడవేయఁబడినదియు నగుజలము గుణాతిశయముకలదై ఎక్కువయారోగ్యకరం బగునని భోజనచారుచర్యయందు విస్తరముగా నిరూపింపఁబడియున్నది. వెండి బంగారు పాత్రములయందు చిలుము ఉండనేరదుగావునను, వీనియందు శుక్రశోధకత్వము కలదుగావునను, నిర్దోషములై గుణవంతములై యుండుటం జేసి వెండిపాత్రము బంగారుపాత్రంబును జలపానమునకు ప్రశస్తములని చెప్పంబడియె.

అట్లు రాగిపాత్రము చిలుము లేనిదిగాదు. అయినను నిది

పులుపు మొదలైనవి తగిలినప్పుడే గాక తక్కినసమయములయందు చిలుము గ్రక్కనేరదుగావునను, సువర్ణరజతపాత్రము లందఱికును లభ్యములుగావునను రాగిపాత్రంబు గ్రహింపంబడియె, మృత్తునందే దోషంబును లేదు. ఐనను దీని ననర్హములు దాకునెడ నిందుదోషము కనఁబడుచుండుటను గృహస్థులకు శుక్రవృద్ధ్యాదు లపేక్షితములుగావునను యతులకుంబలె గృహస్థులకు మృత్పాత్ర నియమింపఁబడదయ్యెను.

మఱియు సత్తు సీసము మొదలగువానిచేఁ జేయంబడు పాత్రంబులును గలవు. అయిన నయ్యవి మదము మొదలగు దుర్గుణములను గలిగించునవిగాన నుపయుక్తములు గావు. సీసమునందు మత్తును గలిగించుచిలుము గలదు. కావుననే ధూమపానముచేయువారు మదకరవస్తువులలో సీసమునుగూడఁ జేర్చుచున్నారు. ఇట్లు సీసము మద్యముతో సమాన మగుమదమును గలిగించునుగాన నుపయోగింపదు. తగరంబు నట్టిదే యగు.

ఇక కంచు, ఇత్తడియు కాల్పనికలోహంబులుగాన నవి దోషావహంబులు గావు. అందును గంటవలె మ్రోగునట్టికంచే శ్లాఘ్యమైనది. ఇత్తడియందు సీస మధికముగా నున్నను తామ్రము దానిదోషము నడంచెనుగాన దీనియందు దోషము లేదు. కంచునందు నిత్తడియందును గలతామ్రముయొక్క చిలుము తగరముచే నశించెనుగాన వానియందు పాలు మొ

దలగునవి యుంచునెడ చిలుము పట్టుట లేదు. కేవలము తామ్రమునందు పాలు మొదలగునవి యుంచునెడ నప్పుడే చిలుము పట్టును. మఱియు మదకరంబులు నగునుగాన రాగిపాత్రయందుంచినపాలు మద్యముతో సమాన మైనవని మునులు నిషేధించిరి.

ఇనుము జలసంపర్కముచే త్రుప్పుపట్టును. గాన నిది గ్రాహ్యము గాదు. ఏది కాచునప్పుడు మలము నివర్తించుటకై వెలిగారము చేర్చుటను సహించునో, మఱి యేలోహము లవణాదులచే నైర్మల్యము నొందునో, మఱియెద్ది చన్నీరుంచిన వికారము నొందదో ఇంక నెద్ది సులభముగ కరుగకుండునో అదియే పానీయపాత్రమున కుపయోగించును. దీనింబట్టి తగరము, సీసము, ఇనుము నివర్తింపగా, రాగి, కంచు, ఇత్తడి, రజతము సువర్ణము వీనికి గ్రాహ్యత్వ మేర్పడియెను. తామ్రపాత్రమునందు చన్నీరుంచిననె గుణము కలదుగాని వేడినీరుంచిన గుణము లేదు. కావున చన్నీరు గ్రహించుటకే తామ్రపాత్రము పయోగించును. కంచుపాత్రముగాని యిత్తడిపాత్రముగాని గ్రహించునెడ వానిలోనిజలము వెంటనే పానము చేయవలయు. వెండి, బంగారు వీనిచే జేయంబడినపాత్రములయందు జలము నాలస్యముగా నునిచినకాలది గుణమునే గలిగించును.

భోజనపాత్రనిర్ణయము.

ఇక భోజనపాత్రము నిర్ణయింపంబడును. సౌవర్ణరా

జతపాత్రములయందును, అరిటియాకునందును, కుట్టినయాకులయందును భోజనము చేయుట సంభవించుచున్నది. మదము గలిగింపనియాకులకును, చిలుము పట్టనిలోహములకును ఇందు ఉపయోగము కలదు. పులుపురసము తగులునెడ తామ్రపాత్రము చిలుముపట్టును గాన దీనికి పానీయపాత్రమునందే గాక భోజనపాత్రమునందు వినియోగము లేదు. ఇక, బంగారు, వెండి, కంచు ననువానికే యిందు వినియోగము గలదు. ఇందు లోహస్వభావమునుబట్టి సువర్ణరజతములకు పరిమాణము లేదు. కంచుపాత్రముమాత్ర మఱువదినాలుగుపలములుండవలయునని మహర్షులు స్వానుభవముచే పరిమాణము నిర్ణయించిరి.

ఆకులలోపల వగరురుచిగలవియై మదకరములుగాని, మదక్షయకరములుగాని కాని యాకులకే భోజనపాత్రమున గ్రహణము కలదు. వేరురుచిగలవాని కిందు నిషేధము కలదు. వగరురుచికి జీర్ణకారిత్వము మొదలగుగుణములు కలవు. మఱియు, మూలవ్యాధి, అతిసారము, గ్రహణి మొదలగువానిని వగరురుచి నివర్తింపజేయునని వైద్యకమునం జెప్పంబడియున్నది. భుజించువానికి, జీర్ణశక్తి యపేక్షితమైనదిగాన నద్దానికై యాగుణముగలపత్రములు నిర్ణయింపంబడియెను.

సువర్ణరజతములయందు నష్టిశక్తి గలదు. ధాతుసామ్యము నొనరించుశక్తి సువర్ణమునందు నిరుపమాన మైనది.

కావుననె సన్నిపాతమునందు కనకక్వాథమును వైద్యులు వినియోగించుచున్నారు.

కావుననే భోజుఁడు చారుచర్యయందు శ్లో॥ సౌవర్ణం భోజనస్థానం పథ్యం సౌభాగ్యపుష్టికృత్। బృంహణం విషదోషఘ్నం వాతపిత్తవినాశనం॥ సువర్ణరచిత మగుభోజనపాత్రము హితకరము, సౌభాగ్యమును, పుష్టినిగలిగించునదియు, ధాతువృద్ధికరంబును, విషదోషమును, వాతపిత్తమును హరించునదియు నగునని వచించెను. మఱియు, శ్లో॥ రౌప్యం శుద్ధహిమం స్నిగ్ధం వాతళం కఫపిత్తహృత్। రోచనం లేఖనం హృద్యం కాంతికృత్ శ్రేయసాస్పదం॥ రజతనిర్మిత మగుభోజనపాత్రము త్రిదోషముల హరించునదియు, అరోచకమును పోఁగొట్టునదియు, కర్షణచికిత్సాకారియు, కాంతిని గలిగించునదియు, శుభకరమైనదియు నని రజతపాత్రభోజనగుణమును వచించెను. శ్లో॥ భోజనం జయతి కాంస్యజపాత్రే రక్తపిత్తపరిసర్పణం మాశు। హృద్య మాశు రుచిదంరుచికాంతం భోజనం జయతి నేత్రగదానాం॥ కంచుపాత్రయందు భోజనము రక్తపిత్తమును హరించునదియు, అరోచకమును పోఁగొట్టునదియు, నేత్రరోగముల హరించునదియు నగునని వచించెను. శ్లో॥ అతిశుచి లఘు భుక్తం పత్రపాత్రే కదళ్యాః కఫపవనహరం స్యాత్ బల్య మారోగ్య కారి। జనయతి తను కాంతిం కామినీసంగ మేచ్ఛాం విశద మనలదీప్తిం పిత్తశాం

తించ జన్తోః॥

అరిటియాకునం దగుభోజనము కఫవాతముల నడంచును మఱియు, బలమును, ఆరోగ్యమును, శరీరకాంతిని, కామోద్రేకమును, అగ్నిదీప్తిని, పైత్యశాంతిని చేయును.

శ్లో॥ పలాశభోజనం శుద్ధం వాతశ్లేష్మహరం లఘు। గుల్మశూలోదరానాహశోషం దీపనపాచనం। పాలాశం పిత్తకృ చ్ఛుద్ధం వాతశ్లేష్మహరం పరం। గుల్మదోషప్రశమనం సర్వోదరవినాశనం। పలాశపత్రోదరసేవనేన పలాయనం గుల్మమహోదరాణాం। సశ్లేష్మమూలాని సమారుతాని సద్యోహరంతే పరిహృత్య పిత్తం॥

మోదుగాకులవిస్తరియం దగుభోజనము వాతమును, శ్లేష్మమును హరించును. గుల్మమును, శూలను, ఉదరరోగమును, పోఁగొట్టును. దీపనమును, పాచనమును గలిగించును. పైత్యమును చేయును.

శీఘ్రభోజనము.

స్నాన మాలస్యముగాఁ జేయుట విహితమైనట్లు భోజనము శీఘ్రముగాఁ జేయవలయునని విహిత మైనది. అట్లుగాక, భోజన మాలస్యముగాఁ జేయునెడ బాహ్యవస్తుసంసర్గము వలన భోజ్యమునందు శుక్తత్వ మేర్పడును. అది యెట్లనిన.

అన్నము, శాకాదులును నుఁడుకునప్పుడు వానినుండి విషతుల్య మగునావిరి వెల్వడి అది యచ్చటిగాలితోఁ జేరియుం

డును. ఆవిరిసంబంధములైనయాయణువులు అన్నము వేడిగా నుండునంతవరకు నందుఁ జేరనేరవు. మఱియుఁ జల్లపడినయన్నము జీర్ణము కానేరదు. కావుననే వైద్యులు చల్లపడినది శుక్తాన్నముగావున నది కూడదని నిషేధించియున్నారు. అట్టి శుక్తాన్నమును భుజించువారలకు అజీర్తిమూలమున విషూచికాదివ్యాధులు కలుగుచున్నవి. విషూచికాదివ్యాధులు దుష్టాన్నభోజనము చేయువారియిండ్లయందే ప్రవేశించుట దీనికి నిదర్శనము. కావున శీఘ్రభోజనము విహిత మైనది. సంఘమునందు భోజనము శీఘ్రముగా కానేరదను కారణముననె నిషేధింపఁబడియె.

భోజనముననిషిద్ధములు

ఇదిగాక, ఒరులయొక్క శ్వాసాదులు చేరునను, నూహానె ఒరులతో నేకపంక్తియు నిషేధింపఁబడియెను.

గౌతముడు శ్లో॥ అప్యేకపంక్త్యా నాశ్నీయాత్ బ్రాహ్మణై స్స్వజనైరపి। కోహి జానాతి కింకస్య ప్రచ్ఛన్నం పాతకం భవేత్। ఏకపంక్త్యుపవిష్టానాం దుష్కృతం యద్దురాత్మనాం। సర్వేషాం తత్సమం తావత్ యావ త్పంక్తి ర్నభిద్యతే॥

స్వజనులతోనైన నేకపంక్తిగా కలిసిభుజింప గూడదు. ఎవ్వనియం దెవ్విధమగుపాప మున్నదియో అదియెట్లు తెలియును? పంక్తి భేదింపకుండునెడ నెకపంక్తిగాఁ గూర్చుండిన వారిలో నుండినపాపాత్ములపాపములందుఁ గూర్చుండినవారి నం

దఱను సమానముగాఁ జెందు నని గౌతముఁడు వచించెను. దీనింబట్టి వేరుపంక్తిగా గూర్చుండ నగునని తెలియుచున్నది.

ఆకారణముననే పైతృకాదులయందు భోక్తలను భిన్నపంక్తిగాఁ గూర్చుండఁబెట్టుచున్నారు. పంక్తిభేదముతో గూర్చుండఁబెట్టుటకు వీలుకానియప్పుడు.

శ్లో॥ అగ్నినా భస్మనాచైవ స్తంభేన సలిలేనవా। ద్వారేణ చైవ మార్గేణ పంక్తిభేదో బుధైః స్మృతః॥ అని గౌతముండును,

శ్లో॥ ఉదకంచ తృణం భస్మ ద్వారం పంధా స్తథైవచ। ఏభి రంతరితం కృత్వా పంక్తిదోషో నవిద్యతే॥ ఉదకము తృణము, భస్మము, ద్వారము, దారి ఇయ్యవి నడుమనుండునెడ నేకపంక్తిదోషములేదని యముఁడును వచించిరి.

వీనిలో అగ్నికి, భస్మమునకును సర్వశోధకత్వము లోగడ చెప్పఁబడియె. తృణజాతికి దుష్టమలముల నాకర్షించుశక్తి కలదుగాన నది నడుమనుండునెడ పంక్తిదోషము లేదని చెప్పఁబడియెను. ఆకారణముననె మేకలు మొదలగువాని నడుమ నుండి పోవలసివచ్చినప్పుడును తృణమును గ్రహించిపోనగు నని విధింపఁబడియెను. సలిలమునకును శోధకత్వము ప్రసిద్ధమే.

మఱియు, నాగ్న్యగారే నచాకాశే నచ దేవాలయాదిషు॥ అనియు నిషేధము కలదు. ఇందు దేవాలయము, అగ్ని గృహంబును పవిత్రములైనవిగావున నచట నుచ్ఛిష్టాదిసంసర్గము కలుగు నను నాశయముతో భోజనము నిషేధింపఁబడియెను. ఆ

ర్యామీక్షేత కర్హిచిత్॥ భార్య అభ్యంజనము చేసికొనుచుండగను, భుజించుచుండగను, చూడగూడదని స్త్రీకిని నిషేధము కనంబడుచున్నది.

మఱియు, దంపతు లేకాంతమున గూర్చుండి సరససల్లాపము లాడుకొనుచు నొక్కపాత్రమునందు నొకరొకరి గోళ్లు తగిలినపదార్థమును నిర్వురు భుజించునెడ తత్కాలముననె యనేకరోగము లాశించును. మనుజుని నఖాగ్రమునం దనేకదోషములు కలవని యందఱెఱింగినదే కదా?

ఇతరదృష్టినిషేధము.

ఇదిగాక, ఇతరులు చూచుచుండగ భుజింపఁగూడదు. ఏలన, దృష్టిదోషము పెద్దది. అది ప్రసంగవశమున నిచట కొంచెము నిరూపింపఁబడును.

లోకమున కంటిదోషము సాంక్రామికరోగములందుఁ జేరునుగాన నాదోష మొకమనుజునివల్లనుండి వేరొకమనుజునిఁ జెందునని పండితు లంగీకరించియున్నారు. దృష్టిదోషము సర్వపదార్థములను జెందునదియైనను వేడియన్నమును శీఘ్రముగాఁ జెందును. ఏలన నేత్రదోషము నాకర్షించుటయందు వేడియన్నమున కధికశక్తి కలదు.

కావుననే, చికిత్సకు లనేకములగు నేత్రరోగములయందు సుఖోష్ణ మగునన్నమును గ్రహించి యందు గొంచెము నవనీత ముంచి యద్దానిని కంటికి పలుమా రద్దుకొనుచుం

డునెడ నేత్రరోగములు పోవునని చెప్పుచున్నారు. ఆమాట సఫలమే యగుచున్నది. దీనింబట్టి అన్నము నేత్రదోషముల నాకర్షించునది యని స్పష్టపడుచున్నది. కాఁబట్టి, భుజింపఁబడు వేడియన్నమును దుష్టులు, రోగగ్రస్తులు, పాపులు, మొదలగువారు చూచునెడ నాయన్నమునందు దోషములు నిశ్చయముగా సంక్రమించునని స్పష్ట మగుచున్నది. కావున భుజించువారు, వడ్డించువారును దప్ప నితరు లుండరాదు, ఆకారణముననె.

శ్లో॥ ఉదక్యామపి చండాలం శ్వానం కుక్కుటమేవచ
భుంజానో యదిపశ్యేత్తు తదన్నంతు పరిత్యజేత్॥
శ్లో॥ కేశకీటావపన్నంచ ముఖమారుత వీజితం।
అన్నం తద్రాక్షసం విద్యా త్తస్మా త్తత్పరివర్జయేత్॥

చండాలుని, కుక్కను, కోడిని, చూచుచు భుజింపఁగూడదు. వెండ్రుకలు, పురుగులు, చేరినదియు, నోరిచే నూఁదఁబడినదియు, నగునన్నము రాక్షసముగాన నద్దానిని విడువవలయునని చెప్పఁబడియున్నది.

కేశకీటసంసృష్టినిషేధము.

కేశకీటసంసృష్టమునెడ విశేషము కలదు. ఏమనిన, సూ॥ తం దేశం పిండ ముద్ధృత్య భస్మనాద్భిః ప్రోక్షయతీతి॥ అన్నమునందు కేశకీటాదులు చేరియుండునెడ నచటియన్నమును తీసివైచి కడమయన్నముపై భస్మోదకముల ప్రోక్షించి గ్రహింపనగు

నని ప్రాయశ్చిత్తము విధింపఁబడియున్నది. ఈప్రాయశ్చిత్తముపక్వమైనయన్నమునకు కేశకీటాదిసంసర్గము కలిగినప్పుడే వినియోగించుగాని యన్నము కేశకీటాదులతోఁ జేరియుడికినయెడ నుపయోగింపదు. ఏలన, కీటాదులతో నుడికినదానియందు విషాదిదోషములు సంభవించుగాన నట్టిపదార్థములను విడుచుటయే ఉచితము. భస్మమునందు మలహారత్వము, మహావీర్యత్వము, క్షారరూపత్వము, విషహారత్వము మొదలగుగుణములు గలవుగాన దానిచే కేశకీటాది సంసర్గదోషము నశించుట వింత కాదు.

కావుననే, భోజ్యపదార్థమునందు పరిషేచనమునకు ముందు నియతముగా భస్మమును చల్లవలయునని యాశ్వలాయనకల్పసూత్రమునందు విధింపఁబడియున్నది

విపరీతశబ్దశ్రవణనిషేధము.

భోజనకాలమునందు కొన్నివిధములగు శబ్దములను వినఁగూడదని మహర్షులు నిషేధించియున్నారు. ఎట్లనిన,

శ్లో॥ చండాలపతితోదక్యావాక్యం శ్రుత్వా ద్విజోత్తమః।
భుంజీత గ్రాసమాత్రంతు దినమేక మభోజనం॥
శ్లో॥ కాహళబ్రాహ్మణగ్రామ్య శ్శుక్ర స్యోలూఖలస్యచ
ఏతేషాం నినదం యావ త్తావత్కాల మభోజనం॥

చండాలుఁడు, పతితుఁడు, బహిష్ఠ వీరివాక్యము విని బ్రాహ్మణుఁ డొకగ్రాసమాత్రమును భుజించునెడ నాదినమంత

యు నుపవసింపవలయు. భేరి, కాకి, శిల, ఉరుము వీనిశబ్దము వినఁబడుచుండు నంతదనుక భుజింపఁగూడదు. అని మొదలుగా వచనములు కనఁబడుచున్నవి.

శబ్దతత్త్వము.

ఇందగురహస్య మేమనిన, భేరి, కాకి, మనుష్యుఁడు, మేఘము, శిల మొదలగుస్థానములనుండి వెల్వడినశబ్దములు వానివానిస్థానముల యవయవములతోఁగూడియు గాలివలన నంతట వ్యాపించుచుండును. గుణిని విడిచి గుణము ఉండనేరదుగాన శబ్దము పారినంతవరకు నధికరణాంశములు వ్యాపించుచున్నవని యంగీకరింపవలయు. ఆయవయవము లతిసూక్ష్మములుగాన దృష్టికి గోచరింపవు.

ఇట్లే గంధము వ్యాపించినదేశమంతటను గంధద్రవ్యముయొక్క సూక్ష్మావయవములు వ్యాపించియున్నవని సూక్ష్మముతు లంగీకరించుచునేయున్నారు. కావుననే, భర్తృహరి॥

శ్లో॥ సర్వతః పరిచీయన్తే శబ్దాఖ్యాః పరమాణవః॥

శబ్దమనుపేరుగలపరమాణువు లంతట వ్యాపించుచుండునని వచించెను.

శబ్దములకు ద్రవ్యరూపత్వము, అణుత్వము, విభుత్వము మొదలగువ్యవస్థలు వ్యాకరణమునందును, మీమాంసయందును నిరూపింపఁబడియున్నవి.

అందగునిష్కృష్టార్థ మిది. శబ్దములు ద్రవ్యరూప

ములే. వానికి ధ్వనులు గుణములు. అవియు, ప్రతిస్థానమందును స్థానగుణముచే భిన్నములై యుండును. ఇయ్యవి పరాశ్రితములై పంచభూతములయందున్నవియై సర్వమునకు కారణభూతము లగుచున్నవి.

దండఘట్టనము, తాల్వాద్యాఘాతము, సంఘర్షము మొదలగువానిచే నవి యభివ్యక్తిని పొందుచుండును.

ఈశబ్దములు కారణబలమునుబట్టి వెల్వడుచు పరిమిత దేశమును సంక్రమించుచున్నవిపోలె ధ్వనింబట్టి తెలియుచున్నవి. చలనధర్మము, స్పర్శగుణము గలిగి యంతట పూర్ణమైన వాయువు ఎల్లపుడు తెలియఁబడక, విసనకఱ్ఱ మొదలగువాని కదలికచే గలిగి అభివ్యంజకపదార్థముయొక్క వేగమున కనుగుణముగా కొంతదేశమునే వ్యాపించుగాని, దూరదేశమునకు పోనేరదు. అట్లే శబ్దంబునని యెఱుఁగవలయు.

ఇందు, భేర్యాదిశబ్దములలో చర్మాద్యంశము లుండును. గాన వానిధ్వని కఠినమై చెవులకు బాధక మగుచున్నది.

అట్లు, ఠాత్కారము, అశనిపాతము లోనగుశబ్దములు కర్ణేంద్రియమును లోపింపఁజేయుచున్నవి.

మఱియు, పరేతపటహాము మొదలగువానిధ్వనులు వినఁబడఁగనే హేతువును తలపింపఁజేసి హృదయకంపము గలిగించుననుటయు తెల్లమె.

ఈకారణముననే శుభకర్మములయందు మంగళవాద్యఘోషముచే తుమ్ము మొదలగు ప్రతికూలశబ్దములశ్రవణము వారింపఁబడుచున్నది.

శబ్దములయం దధికరణాంశములు చేరియుండుటనే యవిపరస్పరభేదము గలిగియున్నవి. కావుననె యిప్పటిశోధకులు ఇదికంచుమ్రోతయనియు, నిదియిత్తడిమ్రోతయనియు శబ్దమునుబట్టియె లోహమును గనిపట్టుచున్నారు. ఇది భేరీశబ్దమనియు, నిది దేవదత్తునిశబ్ద మనియు ననుభవమునుబట్టి యెల్లరును గ్రహించుచున్నారు. వీనియందు ధర్మభేదములేనిచో శబ్దభేదము గ్రహింపఁబడదు.

కావున ప్రతిశబ్దంబునందును ధర్మభేదము గలదనియు దీనికి ద్రవ్యభేదమే మూల మనియు, దానింబట్టి ద్రవ్యగతములగుగుణదోషములు శబ్దములయందు నుండుననియు స్పష్టమగుచున్నది.

మఱియు, మాంసము దిను మృగములు, కాకులు మొదలగువానిశబ్దము ఉద్వేజకమగుచున్నది. చివురుటాకులుదిను కోయిలలు మొదలగువానిశబ్దము వీనుల కింపగుచున్నది.

ఇట్లు, స్థానగుణములు శబ్దములయందుఁ జేరియుండుట నిశ్చితముగాన చండాలాద్యధికరణగుణములు వారివారిశబ్దములయందుఁ జేరియుండునని స్పష్ట మగుచున్నది. ఈకారణముననే భోజనకాలమునం దాయాశబ్దములు వినుట యనిష్టమనియెంచి మునులు నిషేధించిరి. దుర్గంధము దుఃఖహేతువైన

ట్లును, సుగంధము సుఖహేతువైనట్లును సుశబ్దదుశ్శబ్దంబులును సుఖదుఃఖజనకము లగును.

కావున, స్పష్టముగా నావిర్భవించినదోషములుగల బహిష్ఠాదులశబ్దములను వినునెడ నవి తనశరీరమునం జేరును. ఇట్టిమలినాంశములు జేరునెడ శరీరము మలిన మగుటకు సంశయ మేమి కలదు? అపుడు శరీరము నిర్వ్యాపారముగా నుండలేదు. భక్షణాసక్తమై యున్నది. కావున నప్పుడామలినాంశములు నాహారమునం బ్రవేశించును. కావున నట్టిదుశ్శబ్దశ్రవణ మప్పుడు నిషేధింపఁబడియె.

మఱియు, కాహళశబ్దముచే ప్రేతపటహాదులు గ్రహింపవలయు. ఇందు నింకొకరహస్యము కలదు. భుజింపఁబడునన్నము ఏభావముతో భుజింపఁబడుచున్నదో ఆభావముతోనే పరిణమించి ఆభావమునకే పుష్టిని గలిగించును. ఎట్లనిన,

ఒకఁడు కోపించి పరులను దూషించుచు భుజించెనేని వాఁడు భుజించినయన్నము మిగుల క్రోధమునే గలిగించుచున్నది ఇఁక నొకఁడు కామినిం గాంచుచు దానిని తలంచుచు భుజించెనేని వానికి కామమునే వృద్ధి నొందించుచున్నది. కావున నాయాపదార్థముల స్మృతికి హేతువు లగుశబ్దములు వినుటయు నిషేధింపఁ బడియెను. అట్టివారలతో సంభాషణాదులును పరిసక్తించునని భోజనకాలమునందు వ్యర్థాలాపంబును నిషేధింపఁబడియెను.

విశేషించి ప్రాణాగ్నిహోత్రమునందు శ్లో॥ అనిందన్ భక్షయే న్నిత్యం వాగ్యతోన్న మకుత్సయన్। పంచగ్రాసాన్ మహామానం ప్రాణాద్యాప్యాయనంహితత్॥ అన్నమును నిందింపక మౌనముతో నైదుకబళములను గ్రహింపవలయు. అది పంచప్రాణములకు తృప్తికర మగు. అనుచోట నిందింపక అను పదముచేత భోజనసమయమున మనస్సున కెక్కువసంతోషమావశ్యకమని సూచింపబడియెను. ఆకారణముననే పుత్రాదులతోఁగూడి భుజింపవలయునని చెప్పఁబడియె.

స్నానముచేసి కృతకృత్యుండై చందనానులిప్తుండై నిర్మలాంతఃకరణముతో విపరీతధ్వనులు లేనిప్రదేశమునందు సానందముగా భుజింపవలయు. ఎచ్చట నీచెప్పఁబడినయంశములకు లోపము గలదో అచ్చట భుజింపఁగూడదు. అట్లు స్మశానమునందు దారియందును భోజనము నిషేధింపఁబడియెను. స్మశానాదులయందు మనస్సు ఉద్వేగముగలదైయుండును. అటులే దేవాలయము శూన్యాగారము మార్గము మొదలగువానియందును గృహస్థునకు స్థిరాసనము సంభవింపదు.

భోజ్యరసక్రమ నియమము.

భోజనమునందు రసములకు క్రమంబును చెప్పఁబడియున్నది. ఎటులన, శ్లో॥ భుంజీయా త్తన్మనా భూత్వా పూర్వంతు మధురం రసం। లవణామ్లౌ తథా మధ్యే కటుతిక్తాదికాం స్తతః॥

శ్లో॥ ప్రాఙ్ద్రవం పురుషోశ్నీయా న్మధ్యేతు కఠినాశనం॥

అంతే పునర్ద్రవాశీతు బలారోగ్య నముంచతి॥

మొదట మధురరసమును, నడుమ లవణామ్లరసములను, కొనకు కారము చేదు వగరు రసములను గ్రహింపవలయు. మొదట ద్రవాహారమును, నడుమ కఠినాహారమును, కొనకు తిరుగ ద్రవాహారమును గ్రహించువాడు బలవంతుఁడు నారోగ్యవంతుఁడు నగును. అనుటచే భోజనమున బలారోగ్యములు ప్రధానములని ఏర్పడుచున్నది. అందు గనఁబరుపఁబడిన రసక్రమము బలారోగ్యములను వృద్ధి బొందించునదియే యగు

ఇందు షడ్రసములు పురుషున కావశ్యకములు. వానిలో మధురము ముఖ్యమైనను ఇతరరసములవలె శరీరమున కుపకారకమైనది కాదు. ఐనను మధురము సాత్వికాహారము, కావునను, మొదట గ్రహింపఁబడినరసమే ఎక్కువగుణమును గలిగించునదిగానను నదిముందు విధింపఁబడియెను. మధురము సాత్వికాహారము, కట్వాదులు రాజసాహారములు, పూత్యాదులు తామసాహారములనియు భగవద్గీతలయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. శ్లో। ఆయుస్సత్వబలారోగ్యసుఖప్రీతివివర్ధనాః। రస్యాస్స్నిగ్ధా స్థిరా హృద్యా ఆహారా స్సాత్వికప్రియాః॥ కట్వామ్లలవణాత్యుష్ణతీక్ష్ణరూక్షవిదాహినః। ఆహారా రాజస స్యేష్టా దుఃఖశోకామయప్రదాః॥

యాతయామం గతరసం పూతిపర్యుషితంచ తత్। ఉచ్ఛిష్టమపిచామేధ్యం భోజనం తామసప్రియం॥

ఆయువు సత్వము, బలము, ఆరోగ్యము, సుఖము, సంతోషము వీనినివృద్ధి బొందించునవియు రుచిగలవియు, చమురుగలవియు, మనోజ్ఞములునగు నాహారములు సాత్వికుల కిష్టములగు. కారము, పులుపు, ఉప్పు, ఎక్కువవేడి, చమురులేకుండునవి. విదాహకరములునై దుఃఖమును, రోగమును గలిగించు నాహారములు రాజసుల కిష్టములగు. చల్లారినవి, రుచితప్పినవి, దుర్గంధముగలవియు, పాచివి, ఉచ్ఛిష్టములు, అపవిత్రములు నగుపదార్థములు తామసుల కిష్టములగును.

ఇందు మొదట సాత్వికుల కిష్టములగు నాహారములలో మధురము చేర్పఁబడియె. సాత్వికాహారమునకు ఆయువు, సత్వము, బలము, ఆరోగ్యము ఫలమని చెప్పఁబడియెను. సత్వమనగా, తపోనిష్ఠ కుపయోగించు నాత్యంతికశమము దమము నగు. అయ్యది ఇట్టి నియతాహారముచే కలుగును. కావున, కేవలమధురరసమునందు కేవలము సాత్వికుఁడగు పరమహంస తుల్యునకు ప్రవృత్తి సఫలమగును. గృహస్థునకు గుణత్రయ కార్యము లుండు కావున వీని కందు ప్రవృత్తి సఫలము కానేరదు. కాఁబట్టి త్రిగుణములను వృద్ధి నొందించు నాహారమే గృహస్థున కర్హమగునని యెంచి అన్నిరసములు సముచ్చయముగా విధింపఁబడియెను. ఇందు సత్వ మధికముగా కోరఁదగినది కావున సత్వవృద్ధికర మగుమధురాహారము ముందు భుజింపఁదగినదిగా నిర్దేశింపఁబడియెను. అందు తలఁచుగా సత్వనిష్ఠులు మధురమునం దాసక్తిగలవారును, రాజసులు కట్వాహారము

నందు ప్రేమగలవారును, తామసులు పర్యుషితాదులయందు ఇష్టముగలవారు నగుచున్నారు.

మఱియు, మధురరసము లేనిభోజనము దోషబాహుళ్యము గలిగించుననియు, దానినిమాత్ర ముపయోగించునెడ గృహస్థున కుపయుక్తమగువీర్యము కలుగనేరదనియు నన్నిరసముల విధించిరి.

భక్ష్యాభక్ష్యనియమము.

ఇఁక భక్ష్యాభక్ష్యనియమము కొద్దిగ నిరూపింపఁబడును. మాంస మభక్ష్య మని నిరూపింపఁబడియె. మఱియు లశునాద్యోషధులును సామాన్యముగా మదమునుగలిగించువస్తులన్నియు ద్విజులకుఁగూడవు. బలారోగ్యములకు బాధకముకానిదియు బుద్ధికి నభివర్ధక మైనదియు నగునాహారము గ్రాహ్యము. కఞంజము (గంజాయి) కంటె నితరము లగునాకులు గ్రాహ్యములు, కందజాతిలో లశునాదులు విడువఁదగినవి. ధాన్యజాతియంతయు సామాన్యముగా గ్రాహ్యమగు. ఇందు సత్వశుద్ధి, బంము, ఆరోగ్యము ఇవి కలుగుటకై ఆహారమునకు నియమము లనేకములుకలవు. దీనికి ఫఞంబు నధికంబుగనే కలదు. నిషేధింపఁబడినకొన్నిపగార్థములయందు మదకరత్వము కనఁబడుట లేదు. అయినను వానికి బలారోగ్యనాశకత్వము వైద్యకమునందుఁ జెప్పంబడియే యున్నది. మదకారిత్వము శాకాదులయందు ప్రత్యక్షముగా లేకున్నను, ఇంకొకప

దార్థముతో జేరునపుడు మదాధిక్యమును గలిగించుశక్తి స్పష్టముగా గలుగుచున్నది. అట్లు సూక్ష్మజ్ఞులు గావున పదార్థముయొక్క పరిపాకమును బట్టి గలుగుగుణవిశేషము నెఱింగినమహర్షులు కొన్నిపదార్థముల నిరాకరించిరి. శ్లో॥ బలారోగ్యే యథాస్యాతా మవిరుద్ధేతు సంవిదా॥ అనున్యాయమున బుద్ధికి బాధకములు కానివై బలారోగ్యములను గలిగించు పదార్థములను విధించుటయందే మునులతాత్పర్యము.

అందు గొన్నిపదార్థములను విడుచుట దేశాచారమును బట్టియు కలుగుచున్నది. కావుననే మహర్షులు సూ॥ దేశాకృతికాలభావదుష్టాంశ్చ పదార్థాన్ వర్జయేత్॥ అని వాఙించిరి. ఇందుస్మశానాదిస్థలములయందు బుట్టినవి దేశదుష్టములు. పొట్లకాయ మొదలగునవి పాములు మొదలగువానివలె నుండును గావున ఆకృతిదుష్టములు. గ్రహణాదులయందు పదార్థములు కాలదుష్టములు. భావదుష్టములు ప్రతిపురుషునకు వేరువేరగుచున్నవి. ఇట్లు విధించుమహర్షులయభిప్రాయ మేమనిన, భోజనమునందు ఎంతమాత్రము నసహ్యాభావ ముండఁగూడదని తెలియుచున్నది. ఇందునకే దేశనియమము, కాలనియమము భోజ్యనియమము, సహభోజననియమము, పంక్తిభేదనియమము, పాత్రనియమము, పరివేషనియమము, పాకనియమము, పక్తృనియమము, పానీయనియమము, నానాగసక్రమనియమము, ద్రవకఠినాద్యశననియమము, మౌనాదినియమము, దృశ్యాదృశ్య

జనాంతరనియమము, కబళపరిమాణనియమము, కబళసంఖ్యా నియమము, వర్జ్యనియమము, వార్తానియమము, శాకనియమము, సణాహ్యాదినియమము, వర్ణనియమము, ఆశ్రమనియమము, ఆచారనియమము మొదలుగా లెక్కలేని నియమములు విధింపఁబడియెను. ఈనియమములకు కొన్నిటికి ఫల మిందుసంగ్రహముగా నిరూపింపబడియె గాన తక్కునియమములకును ఫల మిట్లే యూహించుకొనునది.

ఉత్తరాపోశనము.

ఇట్లు తాను తృప్తిగా భుజించినవాఁడై శేషమును కొంచెముగా గ్రహించి జలమును జేర్చి ఆచమనము చేయవలయు. పూర్వము ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యయొక్క స్వరూపమును జెప్పినపుడు ఐదగ్నులయందు హవిస్సువలె హోమము చేయవలయునని నిరూపింపఁబడియె. దానికి ముందు హోమముచేయఁబడుహవిస్సునకు ఉపస్తరణము, ప్రోక్షణము అభిఘారణమును నివర్తింపఁబడియె. ఇప్పుడాక్రమమునున శేషము నుచ్ఛిష్టము గోరువారలకొఱకు విడువవలయు. ఈసందర్భమున దేవలుఁడు శ్లో॥ ఉచ్ఛిష్టభాగధేయేభ్య స్సోదకం నిర్వపే ద్భువి॥ అనివచించెను. దీనియభిప్రాయ మేమనగా, రౌరవ మను నరకమునందు చిరకాలమునుండి యున్నప్రాణులతృప్తికొఱకు నుదకముతోఁగూడ నుచ్ఛిష్టము విడువవలయునని తెలియుచున్నది.

ఇందుగురహస్య మేమనిన, కర్మపరిపాకవశమున నరకమును పొంది యున్నవారిలో కర్మశేషముచేత క్రిములు మొదలగుభౌమనరకజన్మముల నొంది యున్నవారికిని గృహస్థుఁడు సంపాదించునన్నముచే పోషణీయత్వము పూర్వము వైశ్వదేవప్రకరణమునఁ జెప్పఁబడియెను. అందుఁగుక్కకు, కాకికిని, బలిప్రదానము చెప్పుటచే పశువులకుఁ బక్షులకును పోషణీయత్వము ఏర్పడినది. ఐనను క్రిమ్యాదులకు మిగిలియున్నది. కావున వీనికేతర్పణము విధింపఁబడియెను. దీనింబట్టి సదాచారనిరతుఁ డగునార్యునిభోజనము కేవలము తనకడుపు నిండించికొనుటకే కాదు. ఇక పశువులు, పక్షులు, క్రిములు నితరులగునతిథ్యాదుల తృప్తికొఱకై యుపయోగించునని తెలియుచున్నది. ఈయభ్యాసముచే ప్రాణులయందు దయ అవశ్యముగాఁ బొడమును. పరోపకారమునందు నియమము కలుగును. పరమేశ్వరునందు భక్తియు వృద్ధినొందును. సర్వభూతదయ, పరోపకారప్రవణత్వము, పరమేశ్వరభక్తి, అనునవియేకదా మనుజులు కోరఁదగినవి.

ఇందు ఇంకొకయతిరహస్యంబును గలదు. కాకులు కుక్కలు మొదలగునవి మనుజులయిండ్లయందు పరిచయముకలవియై యున్నవి. వానికి స్వభావముచేతనే అన్నాతురత్వము కలదు. పిపీలికాదులు నట్టివే యగు. వీనిజన్మము కర్మశేషమువలన పరతంత్రమై క్షణభంగురంబు నైయున్నది. ఇట్టి జంతువుల

కు పరిశుద్ధ మగుసాత్త్వికాహారము నొసఁగునెడ బ్రహ్మవిద్యానిష్ఠు లగుసచ్ఛ్రోత్రియులకరతల సంపర్కంబున పవిత్రంబైన సదాహారము నాస్వాదించినపుణ్యంబువలన కుక్కలు, కాకులు, క్రిములును పరిశుద్ధి నొంది యనంతర ముత్తమ మగుమానవజన్మమునే పొందఁగలవు. జన్మాంతరప్రాప్తికి చరమవాసనయే హేతు వగుగదా?

లోకమున, ప్రాణు లాహారమున కెప్పుడును దిరుగుచునది యెచ్చట సులభముగా దొరకునో యచ్చట సిద్ధ మగుచుండును. ఎల్లప్పుడు నాచోటికి కాలము దప్పకుండ వచ్చుచుండుననుట యనుభవసిద్ధము. ఇట్లు పశుపక్ష్యాదులును ఎల్లపుడు నాహారప్రదుని ధ్యానించుచు కొనను నట్టివాసనచే నుత్తమజన్మమునే పొందుచుండును. వానివృత్తి కృతజ్ఞతారూప మైనది గావునమానవులయందుఁ బుట్టియు కృతజ్ఞత గలిగి ఉత్తమగుణయుక్తములే యగుచుండును. ఇట్లు ఆర్యులు పశువులను పక్షులను క్రిములను అతిసులభముగా తరింపజేయుచున్నారు. మహాత్ముల కిట్టిలోకోపకారప్రవణత్వము న్యాయ్యమే.

ఈవిధమున ప్రాణాగ్నిహోత్రవిధిని సమాప్తి నొందించి తత్కాలమునందె లేచి ముఖమును హస్తములను పాదములను జలముచే గడిగికొనవలయు. ప్రాణాప్రణాదులశుద్ధికై శుద్ధాచమనము నాచరింపవలయు.

అనంతరము ప్రాణప్రేరకుఁ డగుపరమేశ్వరుని స్మరించుచు కన్నులుమొదలగువాని స్పృశింపవలయును. నేత్రములను స్పృశించుటవలన మహాఫలము గలదు. ఎట్లనిన, భోజనకాలమునందు షడ్రససంసర్గము కలిగియున్నచేతిని జలముచే గడిగినను రసశేష మాచేతిప్రేళ్లను విడువకయే యుండును. అట్టిప్రేళ్ళతో కనుగ్రుడ్లను తాకుటవలన నేత్రరోగములు చాలవరకు శమించుచున్నవి. మఱియు నిట్టియభ్యాసమును ప్రతిదినము విడువక యాచరించువారికి తఱచుగ నెల్లరకు నలుబదియేండ్లకు తటస్థించుచున్నచత్వార మనుదృష్టిదోషము వచ్చుటయే లేదు. ఇది యనుభవసిద్ధమై యున్నది. దీనింబట్టి తక్కినయవయవముల స్పర్శమునకును ఫల మూహించుకొనవలయు. తరువాత కొంచెము నడువవలయు. ఇదియు సఫలమని శ్లో॥ భుక్త్వాశతపదంగచ్ఛేత్ ॥ అనుటచే ఆరోగ్యశాస్త్రవిదులు నంగీకరించుచునే యున్నారు.

ఇట్లు తిరుగుచు, ఇష్టదేవతను ధ్యానించుచును ప్రశాంతచిత్తుఁడై భుజించినయన్నముచే తనచిత్తము సత్యమార్గమునందే ప్రవర్తించునట్లును. గర్వించి యథేచ్ఛముగాఁ దిరుగకుండునట్లును పరమేశ్వరుఁ బ్రార్థింపవలయు. ఈసందర్భమున విష్ణుపురాణమునందు

శ్లో॥ సత్యేన తేన యద్భుక్తం జీర్యత్వన్న మిదం తథా।
ఇత్యుచ్చార్య స్వహస్తేన పరిమృజ్యాత్తథోదరం॥

సత్యమార్గమున భుజింపఁబడినయన్నము ఆవిధముననే జీర్ణమగుగాక. (సత్యమార్గమునే వృద్ధినొందించుగాక యని భావము.) అని పలికి తనచేతితో కడుపు తుడువవలయు నని యున్నది.

దీనింబట్టి ఆర్యులభోజనము ఈశ్వరారాధనరూప మైనదియు, ప్రాణిసామాన్యమును తరింపజేయునదియు, ప్రాణివర్గమును పోషించునదియు నగు. ఇట్లు భోజనవిధి కనంతరము గృహస్థునకు మాత్రము తాంబూలచర్వణము విధింపఁబడియెను. మార్కండేయుఁడు శ్లో॥ భుక్త్వోపాచమ్య కర్తవ్యం తత స్తాంబూలభక్షణం॥ అనివిధించెను.

తమలపాకు, పోకఫలము, సున్నము ఈమూడు చేరిన దానికి తాంబూలమని పేరు, ఇం దన్నియు వగరు కారము, అనురసములు ప్రధానముగా గలవి. ఈరసములకు, మహోపకారత్వంబును, ఇంకను నందు జేరుజాతీఫలాదులకు శుక్లవృద్ధికరత్వంబు నుండుటచే తాంబూలమునకు గృహస్థుఁడే అధికారియని నిరూపింపఁబడియెను, దీనికిని నియమముకలదు.

శ్లో॥ సుపూగంచ సుపర్ణంచ సుచూర్ణేన సునంయుతం।
అదత్వా ద్విజదేవేభ్య స్తాంబూలం వర్జయే ద్బుధః॥

మంచిపోకలు మంచియాకులు మంచిసున్నము చేర్చి యీతాంబూలమును మొదట దేవతలకు బ్రాహ్మణులకు నర్పించి గ్రహింపవలయునని యర్థము. ఈశ్వరున కర్పింపనిదియు బ్రాహ్మణుల కొసగనిదియు నేదియైన గ్రహింపఁ జనదు. ఆర్యులు పరోపకారము పరబ్రహ్మవిద్యయు ప్రధానముగాఁ గలవారు గాన నిట్టు లాచరించుచున్నారు. తాంబూలచర్వణము విషయమున నాముని యే.

శ్లో॥ పర్ణమూలే మహావ్యాధిః పర్ణాగ్రే పాపసంభవః।
చూర్ణపర్ణం హర త్యాయుః సిరాబుద్ధివినాశనీ॥
తస్మా దగ్రంచ మూలంచ సిరాంచైవ విశేషతః।
చూర్ణపర్ణం వర్జయిత్వా తాంబూలం భక్షయే ద్బుధః॥

తమలపాకుతొడిమ భక్షించునెడ వ్యాధియు, ఆకుయొక్క కొనగ్రహించునెడ పాపంబును సంభవించు. సున్నపాకును భక్షించునెడ ఆయువు తరుగును. తమలపాకు ఈనెలు గ్రహించునెడ బుద్ధి నశించు. కావున తమలపాకుయొక్క తొడిమను, సున్నపాకును విడిచి తాంబూలము భక్షింపవలయునని యున్నది. దీనింబట్టి తమలపాకుయొక్క తొడిమ ఈనెలు వీనియందు విషాంశము కలదని తెలియుచున్నది. వీనిలో సున్నపాకు సున్నమును చాలకాలము ధరించెనుగాన నందు క్షారమధికమగునని నిషేధింపఁబడియెను. ఇటులే యితరము నూహించుకొనవలయు. ఇట్లు తాంబూలంబు నీశ్వరార్పితంబే గావున దానినమలునపుడును దేవతాస్మరణము సిద్ధమేయని యెఱుంగునది.

ఇది మాధ్యాహ్నికప్రకరణము.

ఇఁక నపరాహ్ణప్రకరణ మారంభింపఁబడును. అపరాహ్ణమనఁగా పందొమ్మిదవగడియ మొదలుకొని యిరువదినాలుగవ గడియవరకు నారుగడియలకాలము. ఈకాలము తఱుచుగా గృహస్థులకు సంగవకాలముంబలె లోకయాత్ర కుపయోగించును. మఱియు నీకాలము. పరసేవనాదిదుఃఖములు, కృష్యాదికష్టంబులును లేనివారికి సత్కథాశ్రవణమునకును ధర్మశాస్త్రపరిశీలనమునకు నుపయోగించును.

ఇట్లు కృతకృత్యులును, పరమేశ్వరు నారాధించినవారును, అర్థుల నాదరించినవారును, భోజనసుఖము నొందినవారునగు జనులకు వ్యవహారావలోకనము కలుగునెడ మిగుల లాభకరమగునని యపుడు లోకయాత్ర విధింపఁబడియె,

ఇది అపరాహ్ణప్రకరణము.

సాయాహ్నప్రకరణము.

ఇపుడు సాయాహ్నకకర్మము యొక్క రహస్యము నిరూపింపఁబడును. సర్వకర్మంబులకును సాయాహ్నంబున నుపక్రమము శ్లాఘ్యము. దానిఫలము పదంపడి తెలుపఁబడును. ఇది పగటిమొదవభాగము, ఆరుగడియలకాలమగును. కాలతత్వం బెట్టిదనిన.

కాలతత్వము.

కాలము సర్వంబును కల్పించు ననువచనమువలన సర్వకర్మములచే పూజ్యుండగుపరమేశ్వరుఁడు నిత్యకాలస్వరూపుండనుట యార్యుల కందఱకును సమ్మతమైన యంశమే. శాస్త్రములయందుఁగాపరమేశ్వరుఁడే జగమున కాధారభూతుఁడని యున్నది. గోపథబ్రాహ్మణమునందు, దినస్వరూపుండును, పక్షరూపుఁడును, ఋతురూపుండును, అయనరూపుండును, సంవత్సరరూపుఁడు నగుపరమేశ్వరుఁ డాయాకాలములయందుఁ జేయంబడు కర్మములచే నుపాసింపఁబడుచున్నాఁడని చెప్పంబడియెను. అందు సంవత్సరము గొప్పదియైనను దినమునందును దానిధర్మము నతిదేశించి యార్యులు కాలము నుపాసించుచున్నారు. అందు పగటికి సూర్యుఁడు దేవత. ప్రతిపగలురూప మైనసంవత్సరమునకు ఉత్తరాయణము గొప్పదేవత యగు. అట్లు రాత్రికి చంద్రుఁ డధిదేవత. ప్రతిరాత్రిరూప మగుసంవత్సరమునకు దక్షిణాయనము గొప్పదేవత. శ్రు॥ య ఏవ విద్వానుదగయనే ప్రమీయతే దేవానామేవ మహిమానం గత్వా ఆదిత్యస్య సాయుజ్యం సలోకతా మాప్నోతి! అథ యో దక్షిణే ప్రమీయతే పితౄణామేవ మహిమానం గత్వా చంద్రమస స్సాయుజ్యగ్ం సలోకతా మాప్నోతి॥ ఎవఁడు ఉత్తరాయణమున మృతి నొందునో వాఁడు దేవతలమాహాత్మ్యమును పొంది సూర్యునిసాలోక్యమును, సాయుజ్యమును జెందును

మఱియెవఁడు దక్షిణాయనమున మృతి నొందునో వాఁడు పిత
రులమహిమను పొంది చంద్రునిసాలోక్యమును సాయుజ్యము
ను పొందును, అని చెప్పఁబడియున్నది.

ఆకారణముననే పండ్రెండురాసులుగలదియు, ప్రతిరాశికి
ముప్పదియంశములు గలదియు, ప్రతియంశమునకు నరువది కల
లుగలదియు నగు నొకదినము కాలచక్రమునకు (౨౧౬౦౦) ఇరు
వదియొక్క-వేయిఆరునూర్లుకలలు గలవు. ఇవియే ప్రతిదినము
పురుషుఁడు విడుచుశ్వాసము లగును. కాలచక్రమున నెంత
సేపులో నొకకల గతించునో అంతసేపులో పురుషునకు నొక
శ్వాసముమాత్ర మాయువు ఖర్చుపడును. భగణపరస్పంద
రూపంబును, బ్రహ్మరూపంబు నగుదినమునకు నైదవస్థలు వి
భాగింపఁబడినవి. ఎట్లనిన, సృష్టి, స్థితి, సంహారము, తిరోధా
నము, అనుగ్రహము ననఁబడునవి.

అందు ఉషఃప్రాతఃకాలములయందు సృష్టియు, సంగవ
మధ్యాహ్నములయందు లోకయాత్రచే పోషణము జరుగుచుండు
నుగాన స్థితియు, అపరాహ్ణసాయాహ్నములయందు సంహా
రంబును పూర్వరాత్రియందు సర్వంబు నుపసంహరింపఁబడుట
చే తిరోధానంబును, అర్ధరాత్రమున సుషుప్తివలన సుఖ మను
భవింపఁబడుచుండుటం జేసి యనుగ్రహంబును, ఇట్లు దినము
బ్రహ్మముయొక్క- లక్షణము లగుపంచకృత్యములను చేయుచు
న్నది. దీనియం దనుగ్రహ మల్పకాల మగు. అదియే పరమే

శ్వరునియం దైననో పునరావృత్తిరహిత మగును.

ఇం దింకొక విభాగంబును కలదు. ఉషఃకాలము మొ
దలుకొని సాయంకాలమువరకు జాగ్రదవస్థయు, పిదప పూర్వ
రాత్రివరకు స్వప్నంబును, పిమ్మట సుషుప్తియు నగు. అందు సం
ధ్య రుద్రసంబంధమని చెప్పంబడుచున్నది.

ప్రాతస్సంధ్యయందు బ్రాహ్మముహూర్తమునకు పిద
ప రౌద్రముహూర్తము సంధ్యానుష్ఠానమున కుపయోగించు
చున్నది. అటులే సాయంసంధ్యాకాలంబును పరమేశ్వరుని
తాండవకాలమే యని చెప్పఁబడుచున్నది. అప్పటికర్మం
బులు కొద్దివైనను ఎక్కు-వఫలముగలవియే యగును. ఆకా
లమున నుద్రేకించినభూతాదులవలన లోకమునకుఁ గలుగుబాధ
యొక్క- నివృత్తి పరమేశ్వరనటనమునకు ఫలమని పురాణము
లయందు గలదు.

ఇది యిచట నెఱుఁగవలయు. సర్వేంద్రియములు ఉద
యము మొదలుకొని వ్యాపారమునఁ బ్రవర్తించి యలసియుండి
గొప్పగర్తంబునందుంబలె తమోమయం బగురాత్రిసమయంబు
న విశ్రాంతిసుఖము ననుభవింపఁగోరుచు సాయంకాలముననే
పనులనుండి తొలఁగుచున్నవి. సర్వపాపములకు నిదానమైనది
యు, నింద్రియగతికి యోగ్యముకానిదియు నగురాత్రిసమయము
సమీపించెను. అపుడు పగటికంటె పాప మధిక మనుట
స్పష్టమే. ఏలన,

రాత్రియందు సూర్యకాంతి లేమిచే చీకటి యంతటను వ్యాపించును. దానింబట్టి దేశస్వరూపము, వస్తుస్వరూపంబును తెలియనేరదు. కావున నప్పుడు పాపముల కవకాశము కలుగును.

ఎట్లనిన, క్రూరచిత్తులు తమస్థితి యితరుల కెఱుకపడకుండ వైరుల వధించుట కప్పుడే యత్నించుచుందురు. మఱికొందఱు తమతమక్కృత్యములవలన నాయాసపడి ద్రవ్యము నార్జించికొని యింటికి వచ్చుచు నడుమ మద్యముద్రావి మత్తుగొని అవ్యవస్థముగా సంచరించుచుందురు. వెరపుగలవారైనను అప్పు డెవ్వరికి తెలియదుగదాయని మద్యపానాదులకై యత్నింతురు. దొంగలు మొదలగువారి కాకాల ముపయోగపడునని వేఱఁ జెప్పఁబనిలేదు. ఇఁక జారులు, వ్యభిచారిణులు మొదలగువారికి మిగుల సంతోషకాల మనుట స్పష్టమే. దీనింబట్టి పగటికంటె రాత్రికాలము దోషముల కెక్కువ యనుకూల మనుట నిర్వివాదము.

ఇదిగాక రాత్రియందు శరీరము ద్వారము లన్నిటినుండి మలములు స్రవించుచుండును, మఱియు, స్త్రీసంపర్కాదులవలన శరీర మశుచిభూయిష్ఠ మగును. అప్పుడు పరిశుద్ధి విధింపఁబడినను సూర్యకిరణసంపర్కముగల పగటినీరములకుంబలె నప్పటిజలములకు నంతటి శోధకశక్తి యుండనేరదు. కావున తగినపరిశుద్ధి గలుగనేరదు. మఱియు, సమస్తమునుగుకర్మేం

ద్రియములు, జ్ఞానేంద్రియములు నుదయముమొదలుకొని కర్మమునందుఁ బ్రవర్తించి యలసియున్నవిగావున నప్పు డేకర్మమునందు బలవంతముగాఁ బ్రవేశపెట్టినను పూర్వమువలె ఫలము కలుగనేరదు.

ఇదియునుంగాక, రాత్రియందు సూర్యకిరణసంచారము లేమిచే జఠరాగ్ని మందగించియుండుటం జేసి పగలు రెండుమూడుసారులు భుజించువారును రాత్రియం దొకమారుకంటె భుజింపఁజాలరు. అట్లు భుజించిరేని వారు రోగములచే బాధనొందుచునేయున్నారు. మఱియు నిద్రయందు శవప్రాయముగా నున్నవానికి సర్వవిధముల లోపను సంభవించును.

కాఁబట్టి విశ్రమించుటకంటె ముందు బుద్ధిమంతుఁ డగువాఁడు రాఁబోవునాపదలవల్లనుండి కాపాడుకొనుటకై జాగరూకుఁడై యుండుట శ్రేయము. అట్లు కాపాడుకొనుట భగవంతునికరుణ లేకున్న మనుష్యమాత్రునకు స్వాధీనము కానేరదు. కావున నప్పుడు శరీరము నిర్మలముచేసికొని భగవదుపాస్తి చేయవలయు. అప్పుడు వరుణునిధ్యానము విధింపఁబడెను.

ఆసమయమున లౌకికవ్యాపారము వదలి మహాగుణము గలసౌరకిరణములను సేవించుపురుషుని శరీరమునకు దోషసామ్యము కలుగునని వైద్యశాస్త్రమునఁ జెప్పబడియున్నది. సూర్యుఁడు కిరణముల నుపసంహారము చేయుచున్నపుడు సూర్యకిర

ణములకు భూమియం దగువస్తువుల నాకర్షించుటయం దెక్కువశక్తి గలదు. ప్రాతఃకాలమున శీతమధికముగను పిత్తము కొంచెముగ నుండును. మధ్యాహ్నమున తేజము పూర్ణమైయున్నందున కేవలము పిత్తరూపముగానే యుండును. సాయంకాలమందైననో పిత్తము తగ్గిపోవుచుండును. శీత మంకురించుచుండును. వాతము శీతము ననుసరించి వచ్చుచుండును.

కావున సాయంకాలమున సూర్యకిరణములచే దోషసామ్యము కలుగుచున్నది. ఆరోగ్య మనగా, దోషసామ్యమే యగు.

వాగ్భటుఁడు శ్లో॥ రోగస్తు దోషవైషమ్యం దోషసామ్యమరోగతా॥ అని వచించెను. కాఁబట్టి కేవల మారోగ్యము గోరువారును నవశ్యముగా సాయంకాలమునం దగుసూర్యకిరణముల సేవింపవలయు. ఇట్లు నియతముగా సాయంకాలపు సూర్యకిరణములను సేవించునార్యులకు నన్నివిధముల నారోగ్యము సంభవించుచునేయున్నది. ఆకారణమువలన సాయంకాలమునందు సకలకర్మంబులు నారంభింపఁబడుచున్నవి.

సంధ్యోపాసన మన్నికర్మములలోనను ముఖ్యమైనది. దానియొక్క మహిమ మొదటనే నిరూపింపఁబడియె. ఆసంధ్యోపాసనంబు నప్పుడే యారంభింపఁబడుచున్నది. ఎట్లనిన, ప్రాతఃకాలమున నాహ్నికము చేసికొనినవా రగునాచార్యులచే

వటువు సంస్కరింపఁబడినవాఁడై తత్కాలముననే సకలవైదికస్మార్తకర్మంబులయందు నధికారసంపత్తి గలిగి అనార్యు లెఱుంగనిదియు, నధిక మగుబ్రహ్మతేజము నిడునదియు, పూర్వపుణ్యపరిపాకఫలంబును నగుబ్రాహ్మణ్యముయొక్క యభివ్యక్తిలక్షణమైనసంస్కారము నొంది కర్మసాక్షియు, జగచ్చక్షుండు నగుసూర్యునిఁ జూచి పరమేశ్వరుని ధ్యానించుచు ససంప్రదాయముగా సంకల్పముతోడను, ప్రాణాయామముతోడను, ప్రోక్షణముతోడను, నంగములతోడను సంధ్యోపాసనను సాయంకాలమునందే యారంభించుచున్నాఁడు. ద్విజత్వము నొందినవానికి సాయంసంధ్యయే ప్రథమంబును, సర్వకర్మంబులకు నుపనయనమే ప్రధానంబునగుగదా? దీనింబట్టి సర్వకర్మంబులకు సాయంకాలమునందే యుపక్రమము న్యాయ్యమని ఏర్పడుచున్నది.

కర్మము శ్రౌతము, స్మార్తము, తాంత్రికము, మూఁడువిధములే యగుచున్నది. సర్వకర్మంబులు నీమూఁడిటియందే యంతర్ధానము నొందుచున్నవి. శ్రౌతస్మార్తకర్మములలో ముఖ్యమైనసంధ్యావందనమునకు సాయంకాలముననే యారంభమని చెప్పఁబడియెను.

అనంతరము, సాంగవేదమును జదివి సమావర్తనము జేసుకొని రెండవయాశ్రమమునఁబ్రవేశించినవాఁడును అగ్న్యుపాసనమును సాయంకాలమునందే యారంభించుచున్నాఁడు. అట్టులాధానమున నగ్న్యుపక్రమంబును సాయంకాలమునందే జరు

గుచున్నది. సమస్త మగు వ్రతములయందును పూజ సాయంకాలమే యారంభింపఁబడును. తాంత్రికయజ్ఞముల యారంభంబును సాయంకాలమే జరుగును. దీనింబట్టి కర్మారంభంబునకు సాయంకాలమే యుక్తమని తెలియుచున్నది.

కర్మారంభనిర్ణయము కాలస్వభావమునుబట్టి చేయఁబడును. ఉదయకాలమునందును, సాయంకాలమునందును, సూర్యునకు, పురుషునకును గలయంతరాళము సమానమైనను, ఉత్పత్తియందును, నుపసంహారమునందును గలగుణభేదమును బట్టి సాయంకాలమె ముఖ్యమని నిశ్చయింపఁబడును.

ప్రాతఃకాలమున నుపస్థానము చెప్పుటకును, సాయంకాలమున సంధ్య నారంభించుటకును నొక్కటే కాలము. అనగా, ప్రాతసంధ్యయందు నుపస్థానసమయమున సూర్యునకు పురుషునకు నెంతయంతరాళ ముండునో సాయంసంధ్యయుపక్రమ సమయమునందు నంతయె యంతరాళ ముండును.

దీనింబట్టి ప్రాతఃకాలమున సూర్యుఁ డెంతదూరమున నుండి పురుషునకు దోషమును గలిగింప నారంభించునో సాయంకాలమున నంతదూరముననుండియె పురుషునకు గుణమును పెనుపనారంభించునని పెద్దలయభిప్రాయము.

కావున నెవ్వఁడైన నేదొకక్రొత్తపని నారంభింపఁ బూనునెడ నద్దానిసి గుణ మభివృద్ధి నొందుకాలముననె యారంభించుట యుక్తము.

సాయంకాలమున నక్షత్రములు కనఁబడుచుండఁగను, వానికాంతి హెచ్చుచుండఁగను సంధ్యావందనముయొక్క సమాప్తి ముఖ్యము. ప్రాతఃకాలమున నక్షత్రములకాంతి బాగుగా నుండ నారంభము ముఖ్యము. సాయంకాలమున సూర్యునివలె ప్రాతఃకాలమున తారకలును, ప్రాతఃకాలమున తారకలవలె సాయంకాలమున సూర్యుండును గ్రహింపఁబడియె.

అట్లు, ప్రాతఃకాలమున సూర్యుని గాంచినక్షణమందే యింద్రియములు తమతమపనులయందు స్వభావముననే ప్రవర్తించుచున్నవి. మనసు నాకర్షించుచున్నవి. అద్దానికి వ్యాకులతను గలిగించుచున్నవి. సాయంకాలమునందు సూర్యకిరణములు కనఁబడనందున విషయములనుండి మరలి విశ్రమించుచున్నవి. అసహాయములై యప్పుడు మనసునకు నైకాగ్ర్యమును గలిగించుచున్నవి.

మనస్సు ఉషఃకాలమున నిద్రవిడిచి యింద్రియములకు వశపడక నిశ్చలమై యేకాగ్రమై యెటులుండునో సాయంకాలంబునను నటులే యుండును.

మఱియు, ప్రాతఃకాలమునందు సూర్యాలోకసాహచర్యమువలన విషయములమీఁదికిఁబోవు మనస్సుయొక్క చాంచల్యము కర్మారంభముచే నివర్తింపఁబడుచున్నది. సాయంకాలమున నైననో సూర్యాలోకసాహచర్యము లేమిచే నింద్రియవిషయసాంగత్యము లేక మనస్సు అంత చంచలమై యుండనేరదు.

ఇట్లు, సాయంకాలమున నింద్రియవృత్తులు క్షీణించుచుండుటచే మనస్సు వానినుండి మరలి చాంచల్యమును విడువగనే దాని నొకకర్మమునందుఁ బ్రవేశపెట్టునెడ నాకర్మముయొక్క వాసనతో సుప్తి నొంది మేల్కాంచినను తిరుగ నాకర్మమునే ధ్యానించుచుండును. ఆకార్యమునే చేయుచుండును.

ఈకారణమువలన సత్కర్మమును సాయంకాలమున నుపక్రమించుటె న్యాయ్యము.

మఱియు, ప్రతిదినము సాధింపఁబడు త్రివర్గమునకు సాయంకాలము ఉపసంహారకాల మగుచున్నది. అప్పు డేభావముతో మనస్సు నుపసంహరించుచున్నాఁడో జన్మాంతరన్యాయముచే తిరుగ నాభావమే మనస్సునఁ దలంపఁబడుచుండును.

ఇట్టికారణములవలన కర్మముల నాకాలమునం దారంభింపవలయునని నియమింపఁబడియె.

ఇఁక, ప్రాతఃకాలమున కర్మ మారంభించునెడ నడుమ సంభావితము లగులౌకికవ్యవహారములతో సముద్రతుల్య మగు పగటిచే చిత్తైకాగ్ర్యము చెడుననియు, దానం జేసియాకర్మము మనస్సున పట్టనేరదనియు నాలోచించి యిట్లు విధించిరి,

ఇట్లు, సాయంకాలమున కర్మ మారంభించునెడ నాకర్మము మనస్సునందు లగ్నమగును. దానింబట్టి కర్మమునందు శ్రద్ధ వృద్ధి నొందును. రాత్రియందు స్వభావసిద్ధ మగునింద్రియప్రవృత్తి పగటియందుఁబోలె నుండదు. కావున నప్పుడు

మనస్సు నెందైనఁ బ్రవేశపెట్టుటకు శక్యమగును.

ఇట్లు, సఫలము, సఫలతమము నగుసాయంకాలికసూర్యోపాసనమునందు పారమేశ్వరప్రపత్తి న్యాయ్యమైనది.

రాత్రికాలమున నిద్రాదులయం దింద్రియములకు విపరీతప్రవర్తన కలుగకుండుటకై పరమేశ్వరోపాసనము విధింపఁబడియెను. అందు కుశోదకప్రోక్షణము త్వగింద్రియాదిసంశుద్ధికిని, అర్ఘ్యప్రదానము శరీరమునకు మధ్యాహ్నము మొదలుకొని సంభవించినవిపరీతౌష్ణ్యము నివర్తించుద్వారా బుద్ధిశక్తి వృద్ధినొందుటకును నుపయోగించును. తక్కునంశను పూర్వముంబలె నూహించుకొనునది.

ఇది

సాయంకాలప్రకరణము.

పూర్వనిశాప్రకరణము.

ఇపుడు పూర్వనిశాప్రకరణము ప్రకృతము. ఈకాలమున కర్మము లధికముగా విధింపఁబడియుండలేదు. అయినను నప్పటికర్మములయావశ్యకత్వమును నిరూపింపవలసియు

న్నది. ఇందు మొదట నీకాలముయొక్క స్వరూపము నిరూపింపఁబడును.

పగటియందుంబలె నైదువిధములవిభాగము రాత్రియందు లేదు. ఇఁక నెట్లనిన, రాత్రికి నాదియగునర్ధయామమునకు ప్రదోష మనియు, చివరదగునర్ధయామమునకు ప్రత్యూష మనియు సంజ్ఞవిధించి మిగిలినయామత్రయమును రాత్రియని వ్యవహరించుచున్నారు. ఇందు ప్రదోషముతోఁగూడ, జాము న్నరసేపుకాలమునకు పూర్వరాత్ర మనిపేరు. ఆకాలమునందే కర్మములు చేయవలయు.

అపుడు సూర్యకిరణములకాంతి లేదు. సూర్యుని తేజము లేకున్న జఠరాగ్ని యాహారమును జీర్ణము చేయఁజాలదు. దానంజేసి యింద్రియశక్తులును తగ్గిపోవుచుండును. కావున నప్పుడు జనులు పగటియందుంబలె కృత్యములను చేయంజాలరు.

శరీరమున నుష్ణబల ముండువరకు నింద్రియములు విషయములమీఁదికిఁ బోవుచుండును. కావున నాయింద్రియములను సంస్కరించుపనియందు వానినిఁ బ్రవేశపెట్టుట కర్మమని పండితులయభిప్రాయము. రాత్రికాలమున మొదటికాలముకంటె తర్వాతికాలము శీతబాహుళ్యముగలది.

కావున క్రమముగ జాడ్య మభివృద్ధి నొందుచుండును. కావున ముందుముందే కర్మము చేయవలయు. అపుడు నియ

తములగు నగ్నిహోత్రము, ఈశ్వరారాధనము, వైశ్వదేవము అభ్యవహారము ననువానిఫలము వెనుక చెప్పఁబడినదే యగు.

ప్రాతఃకాలమున సూర్యకిరణములసంపర్కము గలిగిన క్షణము మొదలుకొని యౌష్ణ్య మభివృద్ధియగుటంబట్టి రాత్రి శీతకాలమని యనుభవమువలనఁ దెలియుచున్నది.

తృప్తిగా భుజించుయోగ్యత మధ్యాహ్నముననేగాని రాత్రికాలమున లేదు. ఉదయమునుండి క్రమముగా నభివృద్ధి నొంది మధ్యాహ్నమున భుజించినపదార్థముల జీర్ణింపఁజేయుచు క్రమముగ తగ్గియుండినయుష్ణము సాయంకాలమునఁ జేయఁబడు నగ్న్యుపాస్తి, దీపప్రభ మొదలగువానిచే పోషింపఁబడుచున్నను క్రమముగా తగ్గిపోవుచుండును.

కావున నీసమయమున మధ్యాహ్నమునంబలె భోజనము చేయఁగూడదు. ప్రతిదినము రెండుమార్లు భుజించుటయె యుక్తము. మూఁడునాలుగుసారులు అవ్యవస్థముగా భుజించువారలశరీరమునందు దార్ఢ్యముగాని, కష్టము నోర్చుశక్తిగాని, కర్మములయం దాసక్తిగాని, సూక్ష్మబుద్ధిగాని లేదు.

ఆకారణమువలన, శ్లో॥ నాంతరా కించి దశ్నీయా దగ్నిహోత్రసమో విధిః॥ అగ్న్యుపాసనముంబలె భోజనంబును రెండుమారులే చేయనగుగాని నడుమ భుజింపఁగూడదని విధింపఁబడియెను. కావుననే భోజనసంస్కారాంగము లైన వైశ్వదేవపరిషేచనములు రెండువిధములుగనే, శాస్త్రములయం

దుఁ జెప్పఁబడియెను.

ఇక పూర్వరాత్రియందు అగ్న్యుపాసనము, దేవతార్చనము, వైశ్వదేవము, అభ్యహారము ననినాలుగుకర్మములు కలవు.

వీనిలో వైశ్వదేవ మన్నసంస్కారమున కావశ్యకమైనది. అతిథిసత్కారంబు నావశ్యకమె శ్లో॥ దివాతిథౌ తు విముఖే గతే యత్పాతకం నృప। తదేవాష్టగుణం పుంసాం సూర్యస్తేవిముఖే కృతే॥ పగలువచ్చినయతిథి యనాదరింపఁబడక విముఖుఁడై పోయినకారణంబునఁ గలుగుపాతకముకంటె నెనిమిదిమడుంగులు పాతకంబు రాత్రివచ్చినయతిథి విముఖుఁడగునెడఁ గలుగునని బుధస్మృతియందు గలదు. ఏలనిన, పగలు వచ్చినయతిథి నాదరింపకున్న నతఁడప్పు డింకొకచోటికి పోవ వీలుగలదుగాని రాత్రి వచ్చినవాని కట్టివీలు లేదు. కావున రాత్రియం దతిథిసత్కార మత్యావశ్యకము.

శ్లో॥ నిశాయాః ప్రథమే యామే జపయజ్ఞార్చనాదికం॥

రాత్రియొక్క ప్రథమయామముననె జపయజ్ఞము, దేవతార్చనము మొదలగువానిఁ జేయవలయునని శౌనకుఁడు వచించెను. కావున నీకర్మములను ప్రథమయామముననె చేయవలయు.

ఈకాలమునందు మధ్యాహ్నమునంబలె భోజనము చేయఁగూడదు. కావుననె, ధన్వన్తరి, శ్లో॥ రాత్రౌ హి భోజనం కుర్యాత్ప్రథమప్రహరాన్తరే। కించిదూనం సమశ్నీయా

ద్దుర్జరం పరివర్జయేత్॥ రాత్రికాలమున మొదటిజామములోపల తేలికగా భుజింపవలయు. సులభముగా జీర్ణముగాని వస్తువులను భుజింపఁగూడదు. అని వచించెను. ఇందుఁగారణమేమనిన, సూర్యోదయము మొదలుకొని సూర్యకిరణములచే క్రాగుచుండినరక్త మన్నినాడులయందు ప్రవహించుచుండును. సూర్యుం డస్తమింప క్రమముగా శీత మభివృద్ధి నొందుటచే రక్తము గట్టిపడును. శైత్యమువలననే నాడులచర్మంబును కొంత ముడుచుకొనును. దానంజేసి శరీరము పగటియందుంబలె తేలికగా సంచరింపనేరదు.

ఇట్లు, రక్తప్రచారము కొంతతగ్గి, అవసర మగుపిత్తంబును న్యూనమై యున్నప్పుడు వాతకఫములు ప్రకోపించుచుండుటం జేసి జీర్ణశక్తి తగ్గిపోవుచుండును. కావున ధన్వన్తరియె.

శ్లో॥ రక్తానామప్రచారాచ్చ జాఠరాగ్నే రదీపనాత్।
జ్యోత్స్నాతమోహిమై ర్భూయ శ్శైత్యస్యా ప్యభివర్ధనాత్॥
కించిదూనం సమశ్నీయా ద్దుర్జరం తత్ర వర్జయేత్॥

రాత్రికాలమున, రక్తమునకు ప్రచారము తగ్గుటను, జఠరాగ్ని మంద మగుటను, వెన్నెల, తమస్సు, మంచు వీనిచే శైత్యము వృద్ధిగాంచుటను కొంచెము లఘువుగా భుజింపవలయు. సులభముగా జీర్ణింపనివస్తువును విడువవలయునని వచించెను. సులభముగా జీర్ణింపనివస్తువు లనఁగా, పెరుగు మొదలైనవి. ఆకారణముననె రాత్రిచర్యయందు,

శ్లో॥ సద్యోమాంసం నవం చాన్నం బాలాస్త్రీ క్షీరభోజనం।
ఘృత ముష్ణోదకస్నానం సద్యః ప్రాణకరాణి షట్॥
శ్లో॥ పూతిమాంసం స్త్రియో వృద్ధా బాలార్క స్తరుణం దధి।
ప్రభాతే మైథునం నిద్రా సద్యః ప్రాణహరాణి షట్।

అప్పుడు వండినమాంసము, వేడియన్నము, పదునారేండ్లప్రాయముగలవనిత, పాలు, నెయ్యి, ఉష్ణోదకస్నానము ఈయాఱును నప్పుడే బలము నొసంగును. చల్లారిపోయినమాంసము తినుట, ముదుసలికాంతతోసమాగమము, ప్రొద్దుటియెండను సేవించుట, క్రొత్తగోడనిపెరుగు త్రాగుట, వేకువను స్త్రీసమాగము, అప్పుడు నిద్రించుట ఈయాఱును నప్పుడె ఆయువును క్షీణింపఁజేయునని ధన్వన్తరియే వచించెను. కావుననే ధర్మశాస్త్రవిదులును, శ్లో॥ రాత్రౌ దధ్యన్నభుక్తేశ్చ ఆయుః క్షీణం దినేదినే। రాత్రికాలమున్న పెరుగన్నము దినునెడ నానాటికి నాయువు క్షీణించునని వచించుచున్నారు. రాత్రికాలమున జలపానమునుగూర్చి భోజుఁడు చారుచర్యయందు,

శ్లో॥ పిబే ద్ఘటసహస్రాణి యావ దస్తంగతే రవౌ।
అస్తంగతే దివానాథే ఏకంబిందు ర్ఘటోపమః॥
నిశ్యభోజనవేళాయాం స్వల్పమ ప్యుదకం విషం।
గండూష మాచరే ద్రాత్రౌ తృష్ణావాన్ శీతలై ర్జలైః॥
రాత్రౌ వ్యవాయశ్రాన్తానాం సంభోగవ్యవసాయినాం।
తత్తు సంతర్పణం సద్యో ధాత్విం ద్రియబలప్రదం॥

తృప్తితస్తు విదగ్ధేన్నే యః పిబే ద్వారిశీతలం।
విదాహం ప్రశమం యాతి శేష మన్నంచ జీర్యతి॥
అజీర్ణే భేషజం వారి జీర్ణే వారి బలప్రదం।
అమృతం భోజనే వారి భుక్తస్యోపరి త ద్విషం॥

సూర్యుం డస్తమింపకపూర్వము పెక్కుకడవల నీరుద్రావినను బాధ కలుగదుగాని సూర్యుం డస్తమించినపిదప ద్రావినయొ కనీటిబొట్టైనను కడవెడునీటితో సమానమై బాధ కలిగించును. రాత్రిపూట భుజించునపుడు ద్రావిననీరు బాధింపదుగాని భుజింపనప్పుడు కొంచెమునీరు ద్రావిననునది విషప్రాయ మగును. కావున నప్పుడు చన్నీరు పుక్కిలించివిడువవలయు. రాత్రికాలమున సంభోగాదులచే శ్రమ మొందినవారికి జలపానము బలప్రదమే యగును. అన్నము కొంత జీర్ణమైనవెనుక నీరుద్రావునెడ విదాహము శమించుటయెగాక మిగిలినయన్నంబును జీర్ణమగును. అన్నము జీర్ణముగాని యప్పుడు జల మౌషధప్రాయమై జీర్ణశక్తి నొసగును. అన్నము జీర్ణమైనపిదప జలపానము సేయునెడ బలము నొసఁగును. భుజించునప్పుడైననో జలపానము అమృతముతో తుల్యమైనది. కాని భుజింపగనె నీరు ద్రావునెడ నది విషమే యగునని వచించెను.

ఇట్లు పూర్వరాత్రకార్యమును నెరవేర్చుకొని యప్పుడు వేరొకకార్యము లేకున్నను వెంటనె నిద్రింపఁగూడదు. భుజించి, సుఖముగాఁ గూర్చుండి, తాంబూలము గ్రహించి, పురాణో

తిహాసాదులచేగాని, చిత్తోల్లాసకరము లగుకృత్యములతోగాని యొకయర్ధయామము గడపవలయు.

ఇది

పూర్వనిశాప్రకరణము.

మధ్యనిశాప్రకరణము.

ఇఁక, మధ్యనిశాప్రకరణము ప్రకృతము. ఈకాలమున సుఖనిద్ర సెందుట, లేక, ధర్మపత్నీసమాగమము వీనిని తగునటు లనుభవింపవలయు.

ఈకాలమున సుఖనిద్రకై స్మృతికర్తలు పెక్కునియమములఁ జెప్పిరి. ఎట్లనిన,

సూ॥ నిద్రాస్థానం గచ్ఛన్ పాణిపాదం ప్రక్షాళయేత్। నాన్యచింత స్స్వపేత్। నావాతే నాతివాతేవా నాత్యంతానావృతేథవా॥ నదంశమశకాక్రాంతే నచ భూయిష్ఠమత్కుణే నాన్యదీయేచ శయనే నసంమర్దే నవాపరైః। కటాదౌ వౌషధౌవాపి క్షౌమాదౌ ప్రాణిజేథవా। స్వపేత్ సర్వార్థసిద్ధ్యర్థం వామభాగమధోదధత్। సోపధానః స్వపేత్ ప్రాజ్ఞః మంచాదౌ భూతలేనహి॥ భూకకీటాదిభిః కీటైః యథా భూతలసర్పిభిః। నోపహన్యేః యథా పక్షికీటాద్యావా స్వకాం తనూం। యథాకాలం కంబళాద్రిప్రావృతీరపి చాంచయేత్॥

కాలుసేతులు కడిగికొని నిద్రాస్థానమున కేగి యితర చింత విడిచి నిద్రింపవలయు. గాలి బొత్తిగ లేనిచోటగాని, ఆరుబైటనుగాని, ఈగలు, దోమలు, నల్లులు, గలచోటగాని, ఒరునిపక్కమీదగాని, సమ్మర్దమునందుగాని, పండుకొనఁగూడదు. చాపమీఁదగాని, ఓషధిసర్మితము, పట్టువస్త్రము, మొదలగు ప్రాణిజమునందుగాని, మంచము మొదలగువానియందుగాని తలగడతోఁ గూడినదానియందు ఎడమపార్శ్వమున పండుకొనవలయు. నేలమీఁద పండుకొనఁగూడదు. నేలమీఁద తిరుగు పురువులు కుట్టకుండునట్లు, ఆకసమునఁదిరుగు పక్షులు మొదలగునవి బాధింపకుండునట్లును నాచ్ఛాదనముగలచోట మంచము మొదలగువానిమీఁద పండుకొనవలయు, అవసరమగునేని కంబళము మొదలగువానిఁ గప్పుకొనవలయు నని మొదలుగాఁ జూడనగును.

వైద్యకమున, ప్రాణిజము. ఔషధము, నైసర్గికము నని శయనము గృహస్థులకు మూఁడువిధములుగాఁ జెప్పఁబడినది. యతులకు ప్రాణిజముగాని నైసర్గికముగాని యుపయోగించును. ఇందు, పట్టుచర్మము మొదలగునది ప్రాణిజము. పొదరిండ్లు, శిలాస్థండిలము మొదలైనది నైసర్గికము. ఔషధము, సశిల్పము, నశిల్పము నని రెండువిధములు. ఇందు చివురుటాకులు, పూవులు మొదలైనవి యశిల్పములు. చాప మొదలగునవి సశిల్పములు.

వీనిలో ప్రాణిజంబులును కాలానుసారముగా గృహస్థునకు నియతములే యగుచున్నవి. శుక్రమును శోధించుస్వభావముగలవియు, రక్తమును వృద్ధి నొందించునవియు, అతిశీతోష్ణములు కానివియు దోషసామ్యము గలిగించునవియు, నగుశయనములు గృహస్థునకు నియతములైనవి.

ఉష్ణవీర్యములు, వాతహారములు, పిత్తశోధకములు, లాఘవప్రదములు మదహారములు నగుశయనము లితరాశ్రమస్థులకు నియతములు. కావున, స్థండిలాదులు యత్యాదులకును మంచము మొదలగునవి గృహస్థులకును విధింపఁబడియెను.

ఒరునిశయ్యయం దాపురుషుని స్వేదాదిసంబంధ ముండుటను, అది యితరునకు రోగజనకం బగుటను వేరొకనిశయ్యయందు పండుకొనఁగూడదు.

కావున నెత్తన్యమిడుసమయమునందగాక తక్కుసమమున తల్లిపిల్లలకును, సమాగమసమయమునందగాక తక్కుసమయమున దంపతులకును పృథక్శయ్య విధింపఁబడియెను. కొందఱు కొంతసేపునిలుచుండి పోయినపదంపడియు వారు నిలుచున్నచోట నైదాఱునిమిషములదాఁక తాపము కలిగియుంట యనుభవసిద్ధమై యున్నది. కావున నితరునిశయ్య కూడదనుట నిర్వివాదము.

మఱియు, మలభూయిష్ఠమైనది, సూతిక కుపయోగించినది, రజస్వల కుపయోగించినది, శవమునకు వేసినది, నీచో

పయుక్తమైనది, రోగిగృహీతమైనది, బొత్తుగా కూడదు. ఆచారసారమునందు.

శ్లో॥ శుచిం దేశం వివిక్తంతు గోమయే నోపలేపయేత్।
ప్రాగుదక్ప్రవణేచైవ సంవిశేత్తు తథా బుధః॥
ప్రాక్శిరాస్తు స్వపే న్నిత్యం తథావై దక్షిణాశిరాః।
ఉదక్శిరా నస్వపేత్తు తథా ప్రత్యక్శిరాఃచ।
మహాదేవగృహేవాపి మాతృవేశ్మని నస్వపేత్॥
నయక్షనాగాయతనే స్కందస్యాయతనే తథా।
తరుచ్ఛాయాసుచ తథా శర్కరాస్థిషు పాంసుషు॥
నస్వపేచ్చ తథాదర్భే వినాదీక్షాం కథంచన।
ధాన్యగోదేవవిప్రాణాం గురూణాంచతథోపరి॥
నచాపిభిన్నశయనే నాశుచౌ నాశుచిస్తథా।
నార్ద్రవాసా ననగ్నశ్చ నోత్తరాశ్రితమస్తకః॥
నాకాశే పర్వతే శూన్యే నచచైత్యద్రుమే తథా॥

గృహంబున తూర్పుదెసనుగాని, ఉత్తరపుదెసనుగాని పవిత్రమగువిజనప్రదేశంబును గోమయముతో నలికించి యచట శయ్యనేర్పఱుచుకొని, తూర్పుతలగాఁగాని, దక్షిణపుతలగాఁగాని పండుకొనవలయు. పడమరతలగాఁగాని, ఉత్తరపుతలగాఁగాని పండుకొనఁగూడదు. ఈశ్వరాలయము నందును, మాతృకాలయమునందు, యక్షాలయమునందును, నాగాలయమునందును, స్కందాలయమునందును, చెట్లనీడలయందును, రాళ్లు, నస్థులు,

దుమ్ము మొదలగువానియందును పండుకొనఁగూడదు. దీక్షా సమయమునఁగాక దర్భయందు పండుకొనఁగూడదు. ధాన్యము మీఁదను, గోవులమీఁదను, విప్రులు, గురువులు మొదలగువారి కంటె నెత్తుప్రదేశమందును, పగిలినదానియందును, అపవిత్ర మగుశయనమందును పండుకొనఁగూడదు. అపవిత్రుఁడును, తడిగుడ్డ గట్టుకొనియు, దిగంబరుఁడయ్యు పండుకొనఁ గూడదు, ఆచ్ఛాదనములేనిచోటను, పర్వతమునందును, చైత్యవృక్షము క్రిందను పండుకొనఁ గూడదు.

విషవాయువు, విషక్రిములు మొదలగువానిదోషము హరించుటకై శయనగృహమును గోమయముచే శుద్ధి గావింప వలయునని చెప్పఁబడియెను. వృక్షములమీఁద గూబలు మొదలగుపక్షు లుండుగాన వానిమలములు పైనఁబడునని యెంచి చెట్లక్రింద శయనము నిషేధింపఁ బడియెను. కాల్పఁబడుశవముల పొగ చైత్యవృక్షముపై పారుచుండుటం జేసి ఆపొగపారిన ప్రదేశము రాత్రికాలమున మంచునీరితోఁగూడ మలరేణువులను గ్రక్కుచుండుగాన చైత్యవృక్షముక్రిందఁ బండుకొనఁగూడదని వచింపఁబడియె. గురువిప్రాదులకంటె నున్నతస్థలమున శయనించుట పాపహేతు వగుటంజేసి యది నిషేధింపఁబడియెను.

దేవాలయములయందుఁ బండుకొనునెడ నిద్రాసమయమున మనుజునిశరీరమునుండి చెమటమొదలగుమలములు స్రవించుచుండుగాన దానివలన దేవతాకోపము సంభావితము

గావున నచట శయనము నిషేధింపఁబడియెను. ఇట్లే కడమ నియమములకును ఫల మూహించుకొనునది.

పండుకొనునప్పుడు దేవతాస్మరణము, మంత్రరక్ష మొదలగునవి యాస్తికచిహ్నములుగాన ఆర్యులకు నియతము లగుచున్నవి.

గృహస్థులకు కర్మాధిక్యంబుచే నింద్రియక్లేశ మధికముగాన నిద్రాకాలంబు నధికమే యగు. బ్రహ్మచారికి, గురుశుశ్రూషకంటె నింద్రియక్లేశ మెక్కువగా లేదుగాన, సూ॥ పూర్వోత్థాయీ జఘన్యసంవేశీ॥ అనుసూత్రమున గృహస్థునికంటె నిద్రతక్కువగనె విధింపఁబడియె. అట్లే స్త్రీలకును భర్తృశుశ్రూషకంటె నింద్రియగ్లాని యధికముగా లేనందున భర్తకంటె ముందు మేల్కాంచుట, భర్త నిద్రించినపిదప నిద్రించుట నియమింపఁబడియెను.

ఇట్టి నియమము లన్నియు కేవలము నాముష్మికసుఖమునకేగాక శరీరారోగ్యరూప మగు నైహికసుఖమునకు నుపయోగించునట్లు శోధకులచే నియమింపఁబడియెను. అయినను అశోధకులకుఁ బథ్యభోజనంబుంబలె నివి కష్టజనకములుగాఁ దోఁచెడిని.

స్త్రీసంపర్కము.

ఇందు, గమ్యయగుస్త్రీలక్షణ మిట్లు చెప్పఁబడియె. వ్యాసుఁడు,

శ్లో॥ నాస్నాతాంతు స్త్రియం గచ్ఛేత్ నాతురాం నరజస్వలాం

నోపేయాద్గర్భిణీం నారీం దీర్ఘమాయుర్జిజీవిషుః॥
నానిష్టాం నప్రకుపితాం నాప్రశస్తాం నరోగిణీం।
నాదక్షిణాం నాన్యకామాం నాకామాం నాన్యయోషితం॥
క్షుత్ క్షామాం నాతిభుక్తాంచ స్వయంచైతైర్గుణైర్యుతః।
స్నాతః స్రగ్గంధధృక్ప్రీతః వ్యవాయం పురుషో వ్రజేత్॥

దీర్ఘమగునాయువు నపేక్షించువాఁడు స్నానముచేయనిదానిని, రోగవతిని, రజస్వలను, గర్భవతిని, పొందఁగూడదు. అట్లు, ఇష్టము లేనిదానిని, కోపించినదానిని, అపవిత్రురాలిని అసమర్థురాలిని, ఇతరునియందు కామముకలదానిని, కామము లేనిదానిని, పరనారిని, ఆకలిగొన్నదానిని, భుక్తాయాసము గలదానిని, తాను నిట్టిగుణములు గలవాఁడయ్యును పొందఁగూడదు. స్నానముచేసి, స్రగ్గంధాదుల ధరించి భోగింపవలయు.

చాయుచర్యయందు భోజుఁడును,

శ్లో॥ రతికాలైక శయన మన్యకాలే పృథక్శయీ।
స్త్రీణాం శ్వాసానిలైః పుంసాం దుర్భగత్వం ప్రజాయతే।
శ్లో॥ ఏకశాయీ ద్విభోజీచ షణ్మూత్రద్విపురీషకః।
స్వల్పసంగమకారీచ శతవర్షాణి జీవతి॥

స్త్రీల నిట్టూర్పులు సోకునెడ పురుషులకు దౌర్భాగ్యము సంభవించును. కావున రతికాలమునఁగాక తక్కుకాలమున వేరుగా పండుకొనవలయు. ఒక్కఁడే పండుకొనువాఁడును, రెండుమార్లు భుజించువాఁడును, ఆఱుమార్లు మూత్రమును, రెండుమార్లు మలమును విడుచువాఁడును, మితముగ స్త్రీసంపర్కము నొందువాఁడును నూరువర్షములు జీవించునని వచించెను.

శ్లో॥ ధాతుక్షయో రోగవృద్ధి రశ్రీ స్సత్కర్మవిప్లవః।
సౌభాగ్యాయుర్యశోనాశః పుంసాం స్త్రీ వ్యతిసంగినాం॥

స్త్రీలయం దత్యాసంగముగలపురుషులకు ధాతుక్షయము, రోగవృద్ధియు, వైవర్ణ్యము, సత్కర్మనాశము, సౌభాగ్యము, కీర్తి నశించుటయు సంభవించును. అని చెప్పఁబడియెను. ఇందు పూర్వపూర్వము, ఉత్తరోత్తరమునకు హేతు వగును. ఎట్లనిన,

దేశకాలవ్యవస్థలేక స్త్రీసంపర్కము నొందుటచే శుక్రము క్షయ మొందును. శుక్రము క్షయింప దౌర్బల్యమువలన ననేకరోగములు వచ్చును. వానివలన శరీరకాంతి తరుగును. ఇట్టియశక్తిచే స్నానాది సత్కర్మములు విడువంబడును. దానంజేసి ఋహపరసుఖములకు దూర మగునని యాశయము.

ఆర్యులకు స్త్రీసమాగమము కేవలము కామపూర్తికి నుపయోగించునది కాదు. ఇంకేమనిన, సత్సంతానావాప్తియే ఫలముగాఁగలది. కాఁబట్టి, నిషిద్ధదినములలోఁ జేరని ఋతుకాలమున సమాగమము విహితము.

ఇది
మధ్యనిశాప్రకరణము.

మ॥ వసుధామండల మండనాయిత భరద్వాజాన్వవాయంబునం
దసమాస్త్రారి పరాయణోద్భట కులీనాఘోర సూనుండ సూ
రిసమాజస్తుత కుంభఘోణనిలయ శ్రీశ్రీనివాసాధ్వరీం
ద్రసమంచత్కరుణా సమార్జితకలుండన్ నాగలింగాఖ్యుఁడన్
రస నిత్యోదితధర్మబోధిని సమగ్రస్ఫూర్తిఁ గావించితిన్॥

శివము.



తెనాలి శ్రీవిద్యాగణపతి ముద్రాక్షరశాలయందు,
పోలేపెద్ది వెంకటనరసింహ్వాముచే ముద్రింపబడియె.

ప్రకటన.

జ్ఞానవాశిష్ఠము. ఆంధ్రతాత్పర్యవిశేషార్థసహితము. కొద్దిప్రతులు మాత్రమె మిగిలియున్నవి. రు 8—0—0

సర్వవేదాన్తసిద్ధాన్తసంగ్రహము. శ్రీశంకరాచార్యవిరచితము. ప్రతిపదటీకాతాత్పర్యసహితము. 2—8—0

సుభాషితమణికంఠహారము. ఆంధ్రతాత్పర్యసహితము 1—0—0

కలివిడంబనము, మహాకవి నీలకంఠప్రణీతము. ప్రతిపదటీకా సహితము. 0—4—0

సౌభాగ్యలక్ష్మి. ఆంధ్రతాత్పర్యసహితము. ఇందు లక్ష్మిప్రాప్త్యుపాయము, శ్రీస్తుతి, శ్రీసూక్తము, లక్ష్మికవచము, త్రైలోక్యమంగళమను లక్ష్మిస్తోత్రము. మొదలగునవికలవు 0—8—0

విదురమహానీతి, తెలుఁగువచనము. మొదటిభాగము. 0—2—0

చతుర్వేదతాత్పర్యసంగ్రహము. శ్రీహరదత్తాచార్యవిరచితము. 1—0—0

శ్రీమదప్పయదీక్షిత విరచితములు. బ్రహ్మతర్కస్తవము. సవ్యాఖ్యానము. 1—0—0

శివకర్ణామృతము. 0—8—0

రామాయణతాత్పర్యసంగ్రహము సవ్యాఖ్యానము. 0—4—0

భారతతాత్పర్యసంగ్రహము. సవ్యాఖ్యానము. 0—4—0

శైవరహస్యబోధిని

అను

ద్విమాసపత్రిక.

ఇందు శైవసిద్ధాంత ప్రతిపాదకములగు నుపన్యాసములు, పౌరుషేయగ్రంథములు,శివాగమములును ప్రకటింపబడును.

ఈపత్రికకు చందా సం ౧ కి రు ౨-౦-౦

పైగ్రంథములు వలయువారు ఈదిగువ చిరునామావారికి వ్రాసి గ్రహింపవలయును.

ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి,
రామలింగేశ్వరపేట
తెనాలి.
గుంటూరు- డి॥

END OF
TITLE